МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ" 09.10.2024

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	493-2004	Фрикассе из птицы	100	65,1	245,1	18,5	18,7	0,7
		416-2013	Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	23,9	233,7	3,2	7,7	37,9
	гор.напиток	630-1996	Чай с молоком	200	10,7	94,1	2,8	2,5	15,1
	хлеб		Хлеб ржаной	20	2	41,3	0,7	0,1	9,4
	фрукты								
			Конфета "Картошка"	20	6	27,7	0,4	0,5	5,4
Обед	закуска	106-2013	Овощи натуральные	100	15	20,5	1,1	0,1	3,8
	1 блюдо	111-2004	Борщ "Сибирский" со сметаной	255	26	128,3	3,5	4,7	18
	2 блюдо	341-2013	Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	49,6	284,8	23,8	18,8	5,1
	гарнир	520-2004	Пюре картофельное	180	19	175,5	3,9	5,9	26,7
	напиток	518-2013	Сок яблочный	200	18,8	90	0,4	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный витаминизированный	60	6	116,8	3	0,8	24,3
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	4	81	1,9	0,4	17,5