



Школа **ГБОУ СОШ №541 Курортного района** Отд./корп **12-18 лет** 10 День **10.11.2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	118/1	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	200		241	6	9	35
	гор.напиток	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		81	3	2	12
	хлеб	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40		107	3	1	21
	хол.блюдо	76/1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		63	5	5	0
	сладкое	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20		88	1	3	15
	кисломол.	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	180		97	5	5	20
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100		12	1	0	2
	1 блюдо	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	250		118	3	6	10
	2 блюдо	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120		191	19	13	8
	гарнир	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		163	4	5	21
	напиток	98/2	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200		95	1	0	23
	хлеб бел.	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40		107	3	1	21
	хлеб черн.	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60		133	4	1	28
	булочное	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	294,00	122	4	4	24