

Информация для школы №12



Школа		МКОУ "Перекопская С Ш" 12-18 лет		Отд./корт		20.06.2022			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная вязкая овсяная с маслом	250		267	9	7	42
	гор.напиток	378	Чай с молоком	200		87	2	1	17
	хлеб		Хлеб пшеничный	40		92	3	0	20
		338	Фрукты свежие (яблоко)	150		68	1	1	14
Завтрак 2	фрукты								
		Итого:		640		514	15	9	93
Обед	закуска		Морковь отварная	100		34	1	0	7
	1 блюдо	103	Суп с макаронными изделиями	250		109	2	4	15
	2 блюдо	488	Птица, тушенная в соусе с овощами	200		181	11	12	16
	гарнир								
	хлеб ржаной		Хлеб ржаной	60		119	4	1	25
	хлеб пшенич		Хлеб пшеничный	60		138	5	0	29
	гор.напиток	360	Кисель из повидла	200		110	0	0	28
	Итого:			870		691	23	17	120