

Школа

МБОУ Яминская СШ

Отд./корп

День

10.12.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец.          | Блюдо                                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------------|---------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | ТТК№3           | Котлета домашняя п/ф                              | 100      | 50,4  | 235          | 5,87  | 9,02 | 9,23     |
|            | гор.блюдо   | ТК№7<br>ТК№20   | Макароны отварные 180 соус основной<br>красный 50 | 230      | 32,18 | 275,1        | 8,6   | 8,2  | 41,6     |
|            | хлеб        | Качест<br>удост | Хлеб ржаной                                       | 60       | 7,2   | 128,52       | 3,68  | 1,28 | 25,12    |
|            | гор.напиток | ТК№17           | Чай каркаде с сахаром 200/15                      | 215      | 28,8  | 28,8         | 0,1   | 0    | 6,8      |
|            | фрукты      |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | закуска     |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | гарнир      |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | фрукты      |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |                 |                                                   |          |       |              |       |      |          |

Директор:  Е.Н.Капшук

