

Школа

МБОУ "ЦО № 40"

Отд./корп

Бондаренко, 21

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                           | Выход, г | Цена |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------------------|----------|------|
| Завтрак    | закуска     | 1      | Кукуруза консервированная отварная              | 60       |      |
|            | гор.блюдо   | 301    | Омлет натуральный                               | 150      |      |
|            | гор.напиток | 496    | Какао с молоком                                 | 200      |      |
|            | хлеб        | 111    | Батон йодированный                              | 20       |      |
| Завтрак 2  | фрукты      | 122    | Фрукты свежие                                   | 100      |      |
|            |             |        |                                                 |          | 102  |
| Обед       |             |        |                                                 |          |      |
|            | закуска     | 156    | Помидор свежий в нарезке                        | 60       |      |
|            | 1 блюдо     | 128    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/б | 200      |      |
|            | 2 блюдо     | 364    | Азу из говядины "по-Татарски"                   | 240      |      |
|            | сладкое     | 518    | Сок                                             | 200      |      |
|            | хлеб        | 111    | Батон йодированный                              | 20       |      |
|            | хлеб черн.  | 110    | хлеб ржано-пшеничный                            | 30       |      |
|            |             |        |                                                 |          | 102  |

День

16.04.2025г.

| Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|--------------|-------|-------|----------|
| 22,00        | 1,77  | 0,12  | 3,28     |
| 243,80       | 12,88 | 20,01 | 3,45     |
| 53,30        | 4,70  | 3,50  | 12,50    |
| 47,47        | 1,60  | 0,20  | 9,80     |
| 44,40        | 0,40  | 0,40  | 9,80     |
|              |       |       |          |
|              |       |       |          |
| 12,8         | 0,7   | 0,1   | 2,3      |
| 110,4        | 4,72  | 5,68  | 10,16    |
| 325,50       | 13,30 | 12,70 | 4,00     |
| 86,60        | 1,00  | 0,20  | 20,20    |
| 47,47        | 1,60  | 0,20  | 9,80     |
| 58,70        | 2,00  | 0,40  | 11,90    |
|              |       |       |          |