

Школа

МОУ "СОШ" с.Терскол

Отд./корп

День

3/11/2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|----------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 187 | Щи из свежей капусты | 1 250 | 8.40 | 88 | 2 | 12 | 2 |
| | 2 блюдо | 453 | Яйца отварные | 1шт | 10.00 | 193 | 10 | 13 | 5 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 1009 | Чай с сахаром | 1 200 | 2.65 | 56 | 0 | 0 | 14 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 1 80 | 3.55 | 188 | 7 | 1 | 41 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | Бананы | 1 100 | 12.50 | 89 | 2 | 0 | 22 |

Школа

МОУ "СОШ" с.Терскол

Отд./корп

День

3/13/2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|--------------------------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Обед | закуска | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 221 | Суп картофельный с рисом | 1\250\10 | | | | |
| | 2 блюдо | таб.27 | Котлета мясная | 1\100 | | | | |
| | гарнир | 751 | Макароны отварные | 1\200 | | | | |
| | сладкое | 1009 | Чай с лимоном | 1\200\15 | | | | |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 2\50 | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

