

Школа

МАОУ "Лицей №12" г. Стерлитамак РБ

Отд./корп

День

1/10/2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо  | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 126.133  | Котлеты куриные с картофельным пюре            | 260      | 56.86 | 364          | 14    | 17   | 36       |
|            | гор.напиток | 274      | Чай Витаминизированный                         | 200      | 6.80  | 45           | 0     | 0    | 12       |
|            | хлеб        | СГР      | Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания | 50       | 5.91  | 103          | 3     | 1    | 21       |
|            |             |          |  |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |          |  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |          |  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |          |  |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |          |  |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 52       | Щи из свежей капусты со сметаной               | 200      | 9.42  | 68           | 1     | 4    | 7        |
|            | 2 блюдо     | Ттк, 465 | Рис отварной с гуляшем птицы                   | 160      | 42.41 | 384          | 16    | 20   | 36       |
|            | гарнир      |          |  |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     | 292      | Компот из сухофруктов                          | 200      | 4.84  | 89           | 1     | 0    | 21       |
|            | хлеб бел.   | СГР      | Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания | 35       | 5.12  | 90           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн.  | СГР      | Хлеб ржаной для детского питания               | 30       | 3.35  | 68           | 2     | 0    | 14       |
|            |             | ттк      | Фрукты   | 100      | 12.88 | 47           | 0     | 0    | 10       |