

Школа

№ 3 а. Джерокай

Отд./корм

День

21.10.2025



Прием пищи	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, КАША						
	ГОР-блюдо	5429.219 ГРЕЧНЕВАЯ	245,00	65,67	348,77	14,22	14,72	36,10
	ГОР. напиток	294 ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200,00	3,06	61,62	0,07	0,01	15,31
	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ	60,00	4,42	122,52	3,45	0,66	25,34
Завтрак 2	закуска	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	11,82	54,50	0,83	3,20	5,30
	фрукты							
Обед	закуска	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	11,82	8,40	0,48	0,06	1,98
	1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200,25	8,62	79,03	1,87	3,11	10,95
	2 блюдо	209 КОТЛЕТА КУРИНАЯ	95,00	42,85	240,06	14,21	16,06	9,70
	гарнир	423 КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150,00	19,16	94,50	5,60	5,40	5,90
	сладкое	283 КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200,00	16,43	163,79	0,56	0,00	47,89
	хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	1,80	72,60	2,40	0,30	14,60
	хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,62	49,92	1,05	0,36	10,74

Мед/сестра-Шевцова Р.Р. *Ш*
 Шеф/повар-Цинахова Ж.Т. *Ш*