

Школа **МБОУ "Курловская СОШ"**

Прием пищи	Раздел	№ рец.
Завтрак	<i>горячее блюдо</i>	394
		600
	<i>гарнир</i>	520
	<i>горячий напиток</i>	693
	<i>хлеб</i>	901
	<i>фрукты</i>	402
	<i>салат</i>	43/2004
	<i>фрукты</i>	402
Обед	<i>салат</i>	19/2004
	<i>1 блюдо</i>	111
	<i>2 блюдо</i>	437
	<i>гарнир</i>	508
	<i>хлеб</i>	902
	<i>горячий напиток</i>	685

Отд./корп

Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки
<i>Тефтели рыбные с соусом сметанным</i>	80/30	18,00	220,48	10,79
<i>Картофельное пюре</i>	180	10,00	169,03	3,96
<i>Какао с молоком</i>	200	8,53	126,09	3,42
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,43	78,60	2,25
<i>Груша</i>	149	29,80	60,16	0,51
<i>Салат из капусты</i>	100	4,27	47,10	1,70
<i>Апельсин</i>	121	18,97	34,69	0,73
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>92,00</b>	<b>736,15</b>	<b>23,36</b>
<i>Салат из свежих помидоров</i>	80	7,00	65,84	0,80
<i>Борщ " Сибирский "</i>	250	4,77	147,36	9,53
<i>Гуляш из говядины</i>	50/50	40,60	214,88	15,25
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	8,79	272,51	9,58
<i>Хлеб ржаной</i>	46	2,16	72,40	2,67
<i>Чай</i>	200	1,68	59,85	0,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>65,00</b>	<b>832,84</b>	<b>37,83</b>
<b>ИТОГО</b>			<b>1568,99</b>	<b>61,19</b>

День	16.10.2023
<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>
13,31	15,60
5,12	26,53
5,45	19,89
0,87	15,42
0,38	13,18
2,50	4,50
0,16	6,53
<b>27,79</b>	<b>101,65</b>
5,44	2,96
8,41	10,91
15,86	2,88
6,78	8,62
0,53	13,73
0,00	14,97
<b>37,02</b>	<b>54,07</b>
<b>64,82</b>	<b>155,72</b>