Алянчикова Ольга Владимировна

Подписано цифровой подписью: Алянчикова Ольга Владимировна
Дата: 2024.01.18 14:04:32 +03'00'

Школа	МБОУ "Курловская СОШ"

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

	Отд./корп			
Блюдо	**Выход, г**	**Цена**	**Калорийность**	**Белки**
Салат из капусты	100	4,20	90,52	14,35
Тефтели рыбные с соусом сметанным	80/30	19,42	220,48	10,79
Картофельное пюре	180	10,70	169,03	3,96
Какао с молоком	200	8,36	126,09	3,42
Хлеб пшеничный	30	2,52	78,60	2,25
Груша	154	30,80	65,33	0,56
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**76,00**	**750,05**	**35,33**
Борщ" Сибирский"	250	10,91	147,36	9,53
Гуляш из говядины	50/50	41,71	214,88	15,25
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,79	272,51	9,58
Хлеб ржаной	40	1,96	72,40	2,67
Чай	200	1,63	59,85	0,00
ИТОГО ЗА ОБЕД		**65,00**	**767,00**	**37,03**
ИТОГО			**1517,05**	**72,36**

День	**23.01.2024**
Жиры	**Углеводы**
5,08	9,39
13,31	15,60
5,12	26,53
5,45	19,89
0,87	15,42
0,42	14,32
30,25	**101,15**
8,41	10,91
15,86	2,88
6,78	8,62
0,53	13,73
0,00	14,97
31,58	**51,11**
61,83	**152,26**