

Школа

МАОУ "Средняя общеобразовательная школа № 37 г.Улан-Удэ"

Отд./корп

День 2.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	868	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничн.)	22/36		170	7,8	6,85	18,36
	гор.блюдо	625	Колбаса отварная (колбаса вареная)	75		172	9	14,6	1
	гарнир	307	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150		187,5	5,3	3,93	32,73
	гор.напиток	904	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200		91	0,26	1,18	19,8
		-	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200		91	1	0,2	20,2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	1 блюдо	698/998	Суп картофельный с фаршем (фарш говяж., картофель, морковь, лук репч., масло раст., соль йод.)	15/200		131	6	5,4	14,4
	2 блюдо	550	Гуляш мясной (говядина, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.) 50/60	110		204	14,4	146	3,6
	гарнир	632	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150		224,6	8,2	5,3	35,9
	напиток	435	Компот из изюма с витамином С (изюм, сахар-песок, лимон.кислота)	200		105	0,4	0,8	25,5
	хлеб бел.	437	Хлеб пшеничный йодированный	57		142,5	4,2	0,57	29
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		59,4	1,98	0,36	11,9
			Яблоко свежее	150		70,5	0,6	0,6	14,7