

Завтрак на 20.09.2022

Утверждаю директор школы

№ рец.	Блюдо	Вес г.	Белки	Жиры	Углевы	Энерг
210**	Омлет натуральный	120	11,15	18,86	2,11	231,72
342**	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90

Обед на 20.09.2022

Утверждаю директор школы

1-4 класс

№ рец.	Блюдо	Вес г.	Цена	Энерг	Белки	Жиры	Углевы
24**	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	6	49,00	0,52	3,13	4,72
82*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/5	12	89,00	1,47	4,67	7,31
498*	Тефтели мясные рубленые	90(60/30)	25	197,00	8,56	14,11	9,07
171*	Каша гречневая рассыпчатая	150	12	271,00	8,76	6,62	43,08
376*	Чай с сахаром	200	4	95,00	0,34	0,02	24,53
ПР	Хлеб пшеничный	20	3	46,76	1,58	0,20	9,66
ПР	Хлеб ржаной	40	3	91,96	2,24	0,44	19,76

Обед на 20.09.2022

Утверждаю директор школы

5-11 класс

№ рец.	Блюдо	Вес г.	Энерг	Белки	Жиры	Углевы
24**	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	54,00	0,73	3,06	6,70
498*	Тефтели мясные рубленые	90(60/30)	197,00	8,56	14,11	9,07
171*	Каша гречневая рассыпчатая	150	271,00	8,76	6,62	43,08
376*	Чай с сахаром	200	95,00	0,34	0,02	24,53
ПР	Хлеб пшеничный	20	46,76	1,58	0,20	9,66
ПР	Хлеб ржаной	40	91,96	2,24	0,44	19,76