

Завтрак на 30.01.2023

Утверждаю директор школы

№ рец.	Блюдо	Вес г.	Белки	Жиры	Углев	Энер ц
210**	Омлет натуральный	120	11,15	18,86	2,11	231,72
382**	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,00	125,11
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
15**	Сыр порциями	30	6,96	8,85	0,00	107,49

Обед на 30.01.2023

1-4 класс

Утверждаю директор школы

№ рец.	Блюдо	Вес г.	Цена	Энер ц	Белки	Жиры	Углев
52*	Салат из свеклы отварной	60	6	103	0,76	9,04	4,59
119*	Суп картофельный с горохом	200	12	118	4,71	3,73	15,96
260**	Гуляш	40/40	22	160,8	11,64	8,07	2,31
309*	Макаронные изделия отварные	150	15	211	5,32	4,89	35,52
377*	Чай с лимоном	200	4	59	0,26	0,06	15,22
ПР	Хлеб пшеничный	20	3	46,76	1,58	0,2	9,66
ПР	Хлеб ржаной	40	3	91,96	2,24	0,44	19,76

Обед на 30.01.2023

5-11 класс

Утверждаю директор школы

№ рец.	Блюдо	Вес г.	Энер ц	Белки	Жиры	Углев
52*	Салат из свеклы отварной	60	103	0,76	9,04	4,59
260**	Гуляш	40/40	160,8	11,64	8,07	2,31
309*	Макаронные изделия отварные	150	211	5,32	4,89	35,52
377*	Чай с лимоном	200	59	0,26	0,06	15,22
ПР	Хлеб пшеничный	20	46,76	1,58	0,2	9,66
ПР	Хлеб ржаной	40	91,96	2,24	0,44	19,76