

Утверждаю:

В. О. Застольев
Крылова И. В.
 "20" 09 2024 г.

Школа

ГБОУ СО "Екатеринбургская школа № 2"

Отд./корп

День 20.09.2024

5-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная Кукурузная	200	54,58	279,7	9	12,2	27,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	27,6	102,8	2,9	2,9	17,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	3,42	90	3	1	17
	закуска		Огурец свежий	70	7,00	11	2	1	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп Рассольник	200	22	94	4,8	9,8	1,7
	2 блюдо		Тефтели с мясом и рисом	90	64,34	219,4	11,6	11	2,3
	гарнир		Картофель отварной	150	23	216	5,8	5,2	28,9
	напиток		Напиток ягодный	200	5	69,3	0,42	0,009	48,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	5,72	103,28	2,3	0,9	22,04
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,34	56	2	0	11

12-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная Кукурузная	250	54,58	279,7	9	12,2	27,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	27,6	102,8	2,9	2,9	17,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	3,42	90	3	1	17
	закуска		Огурец свежий	70	7,00	11	2	1	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Свекла с сыром	50	40,00	141	2	9	13
	1 блюдо		Суп Рассольник	250	22	94	4,8	9,8	1,7
	2 блюдо		Тефтели с мясом и рисом	90	64,34	219,4	11,6	11	2,3
	гарнир		Картофель отварной	150	23	216	5,8	5,2	28,9
	напиток		Напиток ягодный	200	5	69,3	0,42	0,009	48,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	5,72	103,28	2,3	0,9	22,04
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,34	56	2	0	11

Зам. директора
ООО "Застолье"
Рятова И.А.

