

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 08.09.2021

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	13/10	Салат из св.огурцов	60		40,57	0,47	3,65	1,45
	Второе блюдо	ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (горошек конс.)	90		162,11	14,58	7,45	9,19
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	150		145,93	3,31	4,91	22,12
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	245		194,17	2,97	5,78	32,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	53,41	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 08.09.2021

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Доп. питание	Фрукты		Десерт фруктовый Апельсин	130,1					
	Первое блюдо	139/04	Суп картофельный с бобовыми с цып	275		190,05	12,87	10,73	10,5
	Напиток	ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200		80,23	0,51	0,08	19,38
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 08.09.2021

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	13/10	Салат из св.огурцов	60		40,57	0,47	3,65	1,45
	Второе блюдо	ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (горошек конс.)	90		162,11	14,58	7,45	9,19
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	150		145,93	3,31	4,91	22,12
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	245		194,17	2,97	5,78	32,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	53,41	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 08.09.2021

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	13/10	Салат из св.огурцов	100		67,61	0,78	6,09	2,42
	Второе блюдо	ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (горошек конс.)	90		162,11	14,58	7,45	9,19
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180		175,11	3,97	5,89	26,55
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	245		194,17	2,97	5,78	32,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	139/04	Суп картофельный с бобовыми с цып	300		250,85	17,99	15,21	10,5
	Напиток	ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из кураги	200		80,23	0,51	0,08	19,38
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	74,3					

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 08.09.2021

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	13/10	Салат из св.огурцов	100		67,61	0,78	6,09	2,42
		ттк№240н	Минтай запеченный	75					
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	150		145,93	3,31	4,91	22,12
	Гор. напиток	685/04	Чай с сахаром	200		61,42	0,2	0,05	15,04
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	29	63,44				

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 08.09.2021

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша перловая вязкая	154,3		149,16	3,14	4,28	24,52
	Гор. напиток	685/04	Чай с сахаром	200		61,42	0,2	0,05	15,04
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 08.09.2021

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	13/10	Салат из св.огурцов	100	7,95	67,61	0,78	6,09	2,42
		ттк№240н	Минтай запеченный	100	50,07	155,9	25,25	4,45	3,71
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180	17,26	175,11	3,97	5,89	26,55
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном с печ. сахарн в ассорт.	245	7,34	194,17	2,97	5,78	32,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,15	71,19	2,28	0,27	14,91