

Школа МАОУ "Прогимназия №64"

Отд./корп

День 21.03.2022

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Салат	ттк№357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лугка)	60		54,8	1,08	3,33	5,13
	Второе блюдо	ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см)	90		84,62	9,01	4,66	1,66
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		159,31	4,24	5,01	24,31
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207		62,73	0,27	0,06	15,28
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	55,55	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МАОУ "Прогимназия №64"

Отд./корп

День 21.03.2022

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Доп. питание	Первое блюдо	133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	275		187,59	7,32	8,72	19,97
		ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	217		141,98	1,77	2,73	27,59
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	44,60	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МАОУ "Прогимназия №64"

Отд./корп

День 21.03.2022

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Салат	ттк№357н	Салат "Капуста квашеная" (б/лугка)	60		54,8	1,08	3,33	5,13
	Второе блюдо	ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см)	90		84,62	9,01	4,66	1,66
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		159,31	4,24	5,01	24,31
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207		62,73	0,27	0,06	15,28
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	55,55	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МАОУ "Прогимназия №64"

Отд./корп

День 21.03.2022

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Первый завтрак	Хлеб	1/04	Бутерброд с маслом	35	5,68	104,3	2,33	3,9	14,98
	Гарнир	302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	205	13,02	273,83	9,13	6,83	43,97
	Напиток	ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	2,32	86,3	0,1		21,48
Доп. питание		140/04	Суп картоф. с лапшой	200	7,03	57,49	1,6	1,87	8,57
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,21	74,49	2,03	0,4	15,7
	Второе блюдо	ТТК-988	Плов "Восточная сказка"	150	10,50	345,61	3,86	15,5	47,67
	Напиток	628/96	Чай полусладкий с печеньем "К Кофе"	218	3,28	137,42	2,86	3,65	23,28
Ужин	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,26	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МАОУ "Прогимназия №64"

Отд./корп

День 21.03.2022

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	1/04	Бутерброд с маслом	35	5,68	104,3	2,33	3,9	14,98
	Гарнир	302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	205	13,02	273,83	9,13	6,83	43,97
	Напиток	ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	2,32	86,3	0,1		21,48