

Zudaf

Завтрак

[illegible]

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическая ценность,ккал		№ рецептуры	Сборник рецептов
Овощи по сезону (помидор свежий , огурец свежий в нарезке)	60	100	0,6	1,0	3,6	6,0	2,1	3,5	42,42	21,33	24	2017м
Борщ с капустой и картофелем	200	250	1,6	2,0	4,0	5,0	10,4	13,0	84,5	105,63	54-28с	2022н
Фрикадельки с соусом	90/30	100/30	16,0	17,7	12,8	14,2	8,0	8,9	191,4	212,7	77-7/54-3с	2022/2022н
Макаронные изделия отварные	150	180	5,4	6,5	4,9	5,9	32,8	39,4	196,8	235,92	203	2017м
Каркаде	200	200	0,2	0,2	0,1	0.1	7,2	7,2	30,08	30,08	54-45н	2022н
Хлеб пшеничный	40	40	3,0	3,0	0,2	0,2	19,5	19,5	91,9	91.9	701	2010
Хлеб пеклеванный	50	50	3,2	3,2	0,4	0,4	20,6	20,6	98,9	98,9	702	2010

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Повар МКОУ Слюсаревская ОШ_____Н.В. Бутко

Ответственный за организацию питание в МКОУ Слюсаревская ОШ_____Н.В.Зибарова