

Школа Отд./корп День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|----------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | №113 | Каша гречневая рассыпчатая | 230/10 | | 303 | 10,9 | 8,9 | 43,9 |
| | гор.напиток | №186 | Чай с сахаром и лимоном | 200/8 | | 55 | 0,2 | 0,1 | 13,9 |
| | хлеб | №1 | Бутерброд с сыром | 60/17 | | 181 | 8,4 | 4,3 | 26,4 |
| Обед | салат | №15 | Салат витаминный | 100 | | 89 | 1,5 | 4,6 | 10,8 |
| | 1 блюдо | №47 | Уха рыбацкая | 250/30 | | 107 | 5,2 | 3,3 | 13,8 |
| | 2 блюдо | | Бифштекс гов. | 53 | | 135 | 12,5 | 10,0 | 2,0 |
| | гарнир | №118 | Каша ячневая рассыпчатая | 200/7 | | 221 | 6,1 | 6,0 | 35,0 |
| | напиток | №195 | Компот из апельсинов | 200 | | 124 | 0,5 | 0,1 | 31,3 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 60 | | 63,36 | 2,43 | 0,36 | 12,6 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 60 | | 143,85 | 3,92 | 0,77 | 30,31 |
| Полдник | муч.кул.изд. | №179 | Дучмаки с творогом | 75 | | 225 | 9,8 | 11,8 | 19,6 |
| | напиток | №183 | Молоко кипяченое | 200 | | 116 | 5,8 | 6,5 | 9,0 |
| | фрукты | | Яблоко | 1шт | | 52 | 0,26 | 0,17 | 13,81 |
| Ужин | 2 блюдо | №86 | Куры отварные | 75 | | 193 | 16,6 | 14,0 | 0,3 |
| | гарнир | №94 | Картофельное пюре | 200 | | 186 | 4,1 | 6,6 | 26,9 |
| | напиток | №185 | Чай с молоком и сахаром | 200 | | 81 | 1,5 | 1,6 | 15,8 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 120 | | 126,72 | 4,86 | 0,72 | 25,2 |
| Ужин 2 | муч.кул.изд. | №174 | Слойка с сахаром | 90 | | 238 | 6,6 | 4,7 | 41,9 |
| | напиток | №182 | Кефир | 200/10 | | 140 | 5,5 | 5,6 | 16,4 |



Директор ГБОУ "Тетюшская кадетская школа-интернат"

Нуруллин В.Р.