Школа

МБОУ «Усадская прогимназия» Лаишевского муниципального района

Отд./корп ШКОЛА

День

29.09.2021 г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Обед | закуска | №45/2015г. | Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами | 60 |  | 57 | 0,77 | 4,02 | 2,16 |
| 2 блюдо | ТТК 2021г | Котлеты пожарские п/ф | 90 |  | 181 | 11,42 | 11,89 | 9,60 |
| напиток | ТТК 2021 г | Чай с сахаром | 200 |  | 32 |  |  | 8,00 |
| хлеб бел. |  | Пшеничный | 30 |  | 71 | 1,00 | 0,24 | 14,76 |
| хлеб черн. |  | Ржано-пшеничный | 20 |  | 44 | 2,28 | 0,20 | 9,00 |
| гарнир | 302/2015 г | Каша гречневая вязкая | 150 |  | 144 | 3,50 | 3,03 | 26,20 |
| фрукты | 338/2015 г | Плоды свежие (яблоки) | 120 |  | 56 | 0,48 | 0,48 | 11,76 |
|  |  |  |  | **53,41** |  |  |  |  |