

Школа МБОУ "Успенская СОШ № 6 имени ГСС В.Н. Прохорова" Отд./корп День 30.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Гречка отварная рассыпчатая	150	14,80	250	5	6	18
	гор.напиток								
	хлеб	ГИ	Пшеничный	60	2,14	80	2	1	15
	Напиток	ГИ	Сок	200	13,62	140	1	0	24
		ПФ	Домашняя котлета(тефтели)	150	27,96	228	7	8	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	87	Щи со свежей капустой и отварной курицей	250	28,22	138	5	6	22
	2 блюдо	260	Гуляш из мяса говядины	100	41,06	124	7	10	3
	гарнир	303	Каша вязкая перловая	150	12,36	287	10	11	19
	сладкое								
	хлеб бел.	ГИ	Пшеничный	40	1,42	97	2	1	15
	хлеб черн.	ГИ	Ржаной	40	1,44	80	2	1	19
	Напиток	376	Чай с сахаром	200	3,29	50	0	0	9

Директор *М.А. Кошарева В. Ю.*

