



Инверсия: директор школы Жанна Садыржановна Садыржанова
 Ю. М. Токерина

Школа Школа Жанна Садыржановна Отд./корп I корпус День 20.02.20

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. блюдо	373	Вареная индейка	150	32	924,99	24	25,2	23,89	
	гор. напиток	487	Пюре	40	40	277,6	1,09	0,016	5,80	
	хлеб	496	Хлеб с отрубями	200	5	144	3,6	3,3	28	
		108	Хлеб муссовый	50	2	147,5	3,8	0,9	0,46	
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	440	400	214,25	32,49	20,91	89,29	
	Напиток									
Обед	закуска									
	1 блюдо	128	Суп из свежей капусты	200	10	76	1,96	4	1,32	
	2 блюдо	381	Картофель из картофеля	90	46	257,4	1,6	15,75	12,54	
	гарнир	327	Пюре картофельное	150	6	253,05	0,55	4,84	27,08	
	соус	453	Соевый соус	50	0,50	19,68	0,32	1,9	2,67	
	хлеб бел.	188	Хлеб муссовый	50	2	147,5	3,8	0,9	0,46	
	хлеб черн.	109	Хлеб муссовый	50	2	147,5	3,8	0,9	0,46	
	напиток	562	Чай	200	5	87	3,3	0,6	1,40	
				Хлеб серый	290	44,50	214,63	33,73	20,7	20,91
				Ушико говяд.	1220	117,50	1605,88	66,22	57,61	201,20

Зап. муссовый: 2,7