

Меню
МБОУ Пышкетская СОШ
на 29 марта 2023 г.

Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углевод ы
		ЗАВТРАК						
гор.блю до	112/200 8	омлет натуральный	200/15	7-92	395,80	20,00	33,40	3,80
гор.блю до	2,2013	бутерброд с джемом	55	2-00	155,57	2,49	3,93	27,56
гор.напи ток	261/201 3	чай с сахаром	200	6-00	56,80	0,20	0,00	14,00
хлеб		хлеб пшеничный	40		94,40	3,08	0,32	19,80
				15-92				
		ОБЕД						
закуска	14/2008	салат из свежих овощей	60	11-40	18,40	0,88	0,16	3,04
1 блюдо	47/2008	суп картофельный с бобовыми	200	3-94	73,74	1,78	2,38	11,30
2 блюдо	97/2008	макаронные изделия отварные	180	9-86	163,5	3,2	6,8	21,9
гарнир	63/2008	гуляш	80	33,36	392,72	17,05	26,78	4,66
сладкое	154/200 8	компот из изюма	200	5-50	128,00	0,60	0,00	31,40
хлеб		хлеб пшеничный	20	0-98	47,2	1,54	0,16	9,9
		хлеб ржано-пшеничный	40	1-96	84,76	2,64	0,44	17,56
				67-06				