



МБОУ «ОСОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а 0133

День 05.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	1232	каша перловая	200г	20-11	2814	10	0,6	39,5
	гор. блюдо	1159	каша с тыквой	200г	5-68	5812	0,3	0,1	14,2
	хлеб	1543	хлеб перловый	150г	1-50	352	1,1	0,1	44
	гор. напиток		молоко		24-59	344,8			
Завтрак 2	фрукты								
II ступень	ИТОГО:								
	закуска	122	салат из свежих овощей	20г	12-25	414	0,7	1,9	64
	1 блюдо	1116	суп из свежих овощей	200г	11-64	1214	1,1	2,3	54
	2 блюдо	1208	картофель тушеный	90г	26-69	210	10,2	1,8	54
	гарнир	1154	картофель отваренный	150г	24-61	198,5	6,5	2,5	23,7
	сладкое	1145	вафельный сухарик	200г	4-66	23,5	0,6	0,1	20,7
	хлеб бел.	1543	хлеб перловый	50г	5-00	111,2	3,3	0,4	24,6
	хлеб черн.	1544	хлеб перловый	35г	3-12	49,7	2,7	0,5	14,6
	ИТОГО:	1580	беспред.	150г	6-55	212	2,6	1,6	94
				молоко	9488	229,3			