



МБОУ «ОСОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

06.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I смену	гор. блюдо	№236	кашеек из овсян	200г	21-20	204,1	11,9	4,1	30,9
	гор. блюдо	№237	рыбные котлеты	25г	22-28	121,1	5,2	1,9	4,0
	хлеб	№573	хлеб из пшеницы	15г	2-50	35,2	1,1	0,2	7,4
	гор. напиток	№162	чай с лимоном	200г	11-28	120,4	3,6	3,6	12,6
Завтрак 2	фрукты	№82	бананы	120г	20-67	53,4	0,48	0,48	11,46
	ИТОГО:			499		534,5			
II смену	закуска	№224	салат овощной	100г	10-16	43,3	1,2	5,9	5,5
	1 блюдо	№224	суп картофельный	250г	30-85	130	4,5	3,9	16,5
	2 блюдо	№307	рыбные котлеты	100г	38-85	102,9	12,9	1,8	10,3
	гарнир	№307	картофель	200г	25-43	110,9	5,9	8,1	11,6
	сладкое	№184	варенье	200г	4-05	66,3	0	0	16,6
	хлеб бел.	№573	хлеб пшеничный	10г	4-00	33,8	3	0,2	19,4
	хлеб черн.	№574	хлеб ржаной	15г	4-09	32,4	3,6	0,2	18
ИТОГО:			1100г	117		405,9			