



МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

033

День

06.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	1154	каша овсяная	200г	20-16	234	4,66	8,56	32,34
	гор. блюдо	1154	каша сахарная	200г	4-69	248	0,18	0,1	9,3
	хлеб	11542	хлеб пшеничный	30г	3-00	40,3	2,3	0,2	10,8
Завтрак	гор. напиток		чай		28-15	515,1			
	фрукты								
Завтрак 2	ИТОГО:								
	закуска	1113	рулет с сыром, яблок	60г	14-03	6,6	0,5	0,1	1
Обед	1 блюдо	1104	каша гречневая с мясом	200г	6-08	60,2	1,5	4,4	3,8
	2 блюдо	1126	бешбармак	100г	66-16	205,2	15,1	13,9	5,1
	гарнир	1102	каша пшеничная	150г	18-02	249,2	8,5	6,4	37,4
	сладкое	1188	вафельное	200г	8-23	15	0,5	0,2	20,3
	хлеб бел.	1154	хлеб пшеничный	50г	5-00	11,2	2,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	1154	хлеб ржаной	35г	3-18	42,1	2,8	0,3	14
I ступень	ИТОГО:		чай		28-15	515,1			
II ступень	ИТОГО:				20-36	789,6			