



День 17.02.2023

Отд./корп а

Школа № 1 ул. Пушкина 54

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
I ступень	Завтрак	1300	гор. блюдо	гор. блюдо с овощами	100 г	14-12	18,8	5,7	5,1	
		1314	гор. блюдо	гор. блюдо картофель	100 г	23-21	5,4	8,2	11,6	
		1315	хлеб	хлеб из пшеницы	30 г	3-12	2,3	0,2	14,8	
	Завтрак 2	1465	гор. напиток	картофель с молоком	100 г	10-11	3	2,4	20,8	
		1482	фрукты	апельсин - долька	100 г	11-00	0,4	0,4	2,8	
II ступень	ИТОГО:			1000	98-00	503,8				
	Обед	закуска	1322	1-блюдо	салат из овощей с майонезом	100 г	15-01	3,1	8,4	7
			1398	2-блюдо	картофель с овощами	150 г	14-21	2,1	2,5	12,6
			1366	гарнир	картофель отварной	100 г	20-28	16,2	1,5	0,3
			1321	сладкое	варенье из малины	180 г	11-11	5	3,2	42,6
			1301	хлеб бел.	хлеб из пшеницы	100 г	11-00	7	0,2	20,5
			1315	хлеб черн.	хлеб из ржаной муки	60 г	6-21	4,6	0,5	29,5
	ИТОГО:			1000	110-03	913,4				