



Школа №1 МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

14.03.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	№300	Мясная запеканка с овощами	100г	18-20	112,4	18,8	5,2	5,1
	гор. блюдо	№344	Мясное рагу с картофелем	200г	23-24	140,9	5,4	8,1	11,6
	хлеб	№543	Пшеничный хлеб	30г	3-12	40,3	2,3	0,2	11,8
Завтрак	гор. напиток	№165	Воспайн, ман. с сахаром	200г	10-26	125,7	3	3,4	20,8
	фрукты	№82	Фрукты - ассорти	100г	19-00	44,5	0,4	0,4	9,8
Завтрак 2			Итого		103,89	523,8			
	ИТОГО:								
II ступень	закуска	№32	Салат из свеклы с сыром	200г	16-00	115,5	3,1	2,4	7
	1-блюдо	№129	Суп с мясом и картофелем	200г	15-15	85,2	1,3	0,5	12,6
	2 блюдо	№369	Мясная котлета с гарниром	200г	20-28	140,2	16,2	12,1	10,3
	гарнир	№201	Картофель отварной	180г	20-27	219,1	6	3,2	42,6
	сладкое	№501	Сок апельсиновый	200г	15-33	86,6	1	0,2	20,2
	хлеб бел.	№543	Пшеничный хлеб	60г	6-24	140,9	4,6	0,5	21,6
хлеб черн.	№544	Пшеничный хлеб	15г	11-25	42,7	3,6	0,1	11,8	
ИТОГО:			Итого		169,22	913,4			