



Школа

МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп

а

День

18.01.2013г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I СТУПЕНЬ	гор. блюдо	№334	булочки с начинкой	90г	26-04	115,2	13,6	11,8	2,6
	гор. блюдо	№335	салат из овощей	150г	16-63	186,8	9,8	6,1	26,9
	хлеб	№336	хлеб из муки высшего сорта	30г	3-12	40,3	2,3	0,2	10,8
	гор. напиток	№60	чай с лимоном	200г	9-62	66,2	1,5	1,6	11,4
Завтрак 2	фрукты	№82	фрукты	200г	34-00	89,0	0,8	0,8	19,6
			сметана	200г	29-11	584,6			
II СТУПЕНЬ	ИТОГО:								
	закуска	№5	салат с крабовыми палочками	100г	18-52	111,9	1,2	6,1	3,1
	1-блюдо	№14	суп картофельный с овощами	250г	8-15	291,4	9,8	3,5	9,8
	2-блюдо	№56	котлеты из свинины	200г	14-37	231,4	21,5	11,3	9,2
	гарнир	№58	картофель отварной	200г	15-24	222,5	6,1	6,1	35,5
	сладкое	№45	шоколад с орехами	200г	6-93	231,5	0,6	0,1	20,1
	хлеб бел.	№43	хлеб из муки высшего сорта	60г	6-20	140,6	11,6	0,5	29,5
	хлеб черн.	№54	хлеб из муки грубого помола	15г	11-25	92,7	3,6	0,1	2,8
ИТОГО:			сметана		19430	925,2			