



Школа

МБОУ «ОСОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День 20.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	№22	каша пшеничная	200г	28-30	284,4	10	9,6	39,5
	гор. блюдо	№19	дumперджо с говяди	15г	16-03	134,3	16	3,8	23,4
	хлеб	№43	пшеничный 1	15г	1-56	55,2	1,1	0,1	11,4
	гор. напиток	№59	чай с лимоном	200г	5-61	58,2	0,3	0,1	14,2
Завтрак		№2	арбуз - дождя	200г	38-00	89,0	0,8	0,8	19,6
			итого		83-50	601,1			
II ступень	ИТОГО:								
	закуска	№1	банан и сметана, яблоко	200г	15-48	89,3	0,9	6,2	4,5
	1-блюдо	№16	суп из овощей, сефен.	250г	14-38	139,3	4,5	9,2	6,4
	2 блюдо	№08	котлета куриная	100г	40-58	90	1,5	2,4	6
	гарнир	№54	картофель в. в. отварен.	200г	26-24	220,6	4,5	9,4	26,5
	сладкое	№95	кисломол. сухарик	200г	4-02	83,5	0,6	0,1	20,1
	хлеб бел.	№43	пшеничный 1	60г	6-24	140,6	4,6	0,5	29,5
	хлеб черн.	№24	пшеничный 2	15г	4-25	92,4	3,6	0,4	18,8
		№80	барани	30г	10-50	162,3	4,2	9,2	18,8
	ИТОГО:			итого		125-53	1018,3		