



Школа

МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

22.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	М165	овощи натертые	200г	12-30	225,3	14,3	26,6	11,2
	гор. блюдо	М164	овощи, помидор, брокколи	60г	20-04	38,5	1,1	2,9	3,1
	хлеб	М173	овощи натертые	30г	5-12	40,2	2,3	0,2	14,8
	гор. напиток	М175	свежее молоко	15г	11-44	51,6	3,9	1,1	0,3
	фрукты	М154	чай с сахаром	200г	5-53	34,8	0,1	0	9,3
Завтрак 2			итого		83,43	525,5			
	ИТОГО:								
II ступень	закуска	М114	овощи с сыром, морков	100г	22-88	41	0,8	0,1	1,4
	1-блюдо	М101	чай с кефир, сметан	20г	10-40	43,3	1,9	0,3	4,6
	2 блюдо	М326	репчатая луковица	200г	45-20	216,3	11,2	16,8	9,9
	гарнир	М209	капуста квашенная	180г	18-20	290,6	10,2	11,6	15,2
	сладкое	М188	кефиром натертая	200г	12-64	85	0,5	0,2	20,3
	хлеб бел.	М173	овощи натертые	60г	6-24	140,6	4,6	0,5	29,5
	хлеб черн.	М154	чай с сахаром	15г	4-25	92,4	3,6	0,1	7,8
ИТОГО:			итого		154,24	999,5			