



Школа №111 «ОСОШ №1» ул. Пушкина 54

отд./корп

а

04.02.2022

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	№13	Колбаса с луком и яйцом	900 г	23-52	2333,7	84,7	81,3	
	гор. блюдо	№16	Сыр с вареной колбасой	-	14-30	63,2	5,1	0,2	
	хлеб	№13	Хлеб с чесноком и зеленью	30 г	1,2	43,3	0,2	1,2	
	гор. напиток	№10	Молоко с вареной колбасой	100 г	1,2	33,3	0,2	0,2	
	фрукты	№10	Апельсины - фрукты	200 г	5-7	66,0	0,0	0,5	
Завтрак				1000 г	25-20	890,0	0,8	0,8	19,6
ИТОГО:				9115	15	564,0			
I прием									
Обед	закуска	№10	Оливье из свеклы, картофеля, яиц и салата	100 г	23-88	11,4	0,8	0,1	
	1 блюдо	№16	Сыр с зеленью, горохом	150 г	30-50	18,0	0,8	0,1	
	2 блюдо	№13	Блинчики со сметаной	100 г	26-65	12,4	0,2	1,6	
	гарнир	№10	Налив из обжаренных яиц	100 г	60-65	12,3	0,2	0,0	
	сладкое	№14	Круассаны с мёдом, чайные пирожные	200 г	72-95	12,0	0,2	0,2	
Обед				600 г	72-95	12,0	0,2	0,2	
ИТОГО:	хлеб бел.	№13	Хлеб с маринованными огурцами	60 г	14,0	1,6	0,0	0,0	
	хлеб черн.	№15	Хлеб с дрожжевыми гренками	15 г	14,0	1,4	0,0	0,0	
II прием				750	14	104,0			