



Школа № 1 ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День 19.09.2022

Период	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
I смена	Завтрак	N 123	каша гречневая	200г	24-56	2334	8,4	2,1	31,3	
		N 124	сырники	100г	10-10	63,2	5,1	11,6	10,3	
		N 125	хлеб	300г	3-00	40,2	2,5	0,2	14,8	
		N 126	гор. напиток	100г	9-62	66,1	39,1	0,2	0,1	9,5
		N 127	фрукты	170г	едкое	28-90	46,65	0,68	0,68	16,66
Итого:				1000г	86,1	514,65				
II смена	Обед	N 128	суп куриный	100г	23-38	11	0,8	0,1	1,7	
		N 129	салат овощной	250г	31-16	180,1	2,3	11,4	10,7	
		N 130	картофель	200г	21-18	247,4	11,6	11,5	16	
		N 131	гарнир	200г	20-80	116,8	11,8	8,9	19,6	
		N 132	сладкое	200г	12-19	181,8	11,8	0,1	19,8	
		N 133	хлеб бел.	60г	6-00	110,6	11,6	0,1	19,8	
		N 134	хлеб черн.	150г	4-09	22,14	3,6	0,1	2,5	
Итого:				1000г	130,33	924,0				