



Школа

МБОУ «ОСОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп

а

День

I ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	230	Варенная макар.	200	30-61	204,2	4,9	4,2	30,9
	гор. блюдо	61	Пюре картош с овощами	35	28-50	121,1	5,2	4,9	4,4
	хлеб	543	Хлеб пшеничный	15	1-68	35,2	1,1	0,2	4,4
	гор. напиток	162	Чай с молоком	200	12-90	120,7	3,6	3,6	12,6
Завтрак 2	фрукты	22	Фруктовый салат	100	25-00	111,5	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:				98,69				
Обед	закуска	124	Суп гороховый на м.б	200	4-66	528,6	15,2	1,9	41,2
	1-блюдо	372	Хлебобулочное	20	24-90	104	6	3	13,2
	2-блюдо	113	Хлебобулочное	20	24-90	54,2	5,4	3,9	0,2
	гарнир	307	Компот из яблок	20	4-24	44	1,5	0,2	9,2
	сладкое	274	Молоко вар. топлен.	90	40-46	98	1,6	1,6	9,2
	хлеб бел.	572	Хлеб пшеничный	150	22-54	126,8	4,9	4,3	10,4
	хлеб черн.	544	Хлеб пшеничный	50	5-60	111,2	3,8	0,4	21,6
		181	Хлебобулочное	35	3-54	42,1	2,8	0,5	4,4
		181	Хлебобулочное	200	4-92	66,3	0	0	16,6
	ИТОГО:	582	Меню	76	1-63	62,4	1,1	1,5	11,2

Итого: 414,9 18,4 108,5
 193,84 1246,5 52,3 34,4 182,6