



Школа

МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп

а

День

04.09.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	1213	каша овсяная	200 г	21-39	233,1	8,4	8,1	31,3
	гор. блюдо	1264		10 г	13-10	63,5	5,1	11,6	0,3
	хлеб	1543		30 г	3-12	40,3	2,3	0,2	14,3
	гор. напиток	1494		10 г	10-01	66,1	0,1	11,2	0,1
		1459		200 г	5-61	38,0	0,2	0	9,5
Завтрак 2	фрукты	1482	фрукт	150 г	31-50	66,45	0,6	0,6	11,4
					18-13	535,45	14	20,4	40,4
	ИТОГО:								
II ступень	закуска		суп с хлебом консерв. картофельная						
	1-блюдо	1192		250 г	32-63	180,8	9,3	11,4	10,1
	2 блюдо	1339		100 г	23-91	247,1	11,4	12,5	16,1
	гарнир	1416		200 г	20-68	176,8	5,3	8,6	19,6
	сладкое	1484		200 г	11-23	128,4	0,3	0,2	18,8
	хлеб бел.	1543		60 г	6-24	110,6	1,6	0,5	29,5
	хлеб черн.	1544		15 г	1-25	12,4	3,6	0,4	12
	ИТОГО:				1000	916,0	10,8	33,9	112

итого за день

1154,45 54,8 54,6 152,4