Согласовано

Школа: МБОУ «ООШ № 1» ул. Пушкина 54 | Отд./корп: а | День: 04.09.2024г

I ступень

	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 ступень	Завтрак	гор. блюдо	371	Каша пшенная с маслом	90	26-80	182,9	11,6	13	4,9
		гор. блюдо	228	Рыба припущенная	150	20-00	186,9	6,1	6,1	26,9
		хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	3-36	70,3	2,3	0,2	14,8
		гор. напиток	460	Чай с молоком	200	10-18	66,2	1,5	1,6	11,4
	~~Завтрак 2~~	фрукты	82	фрукт	100	25-00	44,5	0,4	0,4	9,8
						85-34				
		ИТОГО:					550,8	21,9	21,3	67,8
2 ступень	Обед	закуска								
		1 блюдо	114	Суп картоф. с крупой	200	10-07	65,6	2,2	2,8	7,8
		2 блюдо	356	Тефтели говяж. по-стр.	100	60-84	193,2	19,6	9,4	4,6
		гарнир	256	Макароны отвар.	150	16-71	185,4	5,5	5	29,6
		сладкое	573	Хлеб пшеничный	50	5-60	117,2	3,8	0,4	24,6
		хлеб бел.	574	Хлеб ржаной	35	3-57	72,1	2,8	0,5	14
		хлеб черн.	495	Компот из сухофруктов	200	7-23	83,5	0,6	0,1	20,1
		ИТОГО:				104-02	917	34,5	18,2	103,7
							1267,8	56,4	39,5	171,5