



Школа МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54 Отд./корп а

Истурнев

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	271	кнелесенный с кефир	90	21-92	182,3	11,6	1,3	11,9
	гор. блюдо	272	кнелесенный с кефир	150	21-89	186,9	6,18	6,2	26,9
	хлеб	573	кнелесенный с кефир	30	3-36	10,3	2,3	0,2	2,18
Завтрак 2	гор. напиток	Н60	чай с лимоном	200	11-23	66,2	1,5	1,6	11,4
	фрукты	82	фрукты	200	25-00	44,5	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:				90-110	550,8	21,9	21,3	67,8
Обед	закуска	211	суп картофель с капустой	200	12-11	65,6	2,2	0,8	11,8
	1-блюдо	256	котлеты по-киевски	100	61-00	193,6	10,6	0,8	21,6
	2-блюдо	259	кнелесенный с кефир	150	16-00	155,4	5,3	5,1	29,6
	гарнир	574	кнелесенный с кефир	60	6-00	14,2	3,8	0,4	2,16
	сладкое	574	кнелесенный с кефир	35	3-51	19,1	2,8	0,3	2,16
	хлеб бел.	Н45	кнелесенный с кефир	200	4-13	82,5	0,6	0,2	20,1
ИТОГО:					106-118	414	34,5	18,2	103,7
					106	1267,8	56,4	39,5	141,5

заб. кнелесенный с кефир