



Школа №1 ул. Пушкина 54 Отд./корп а

I ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	341	выпечка мясорыбная	90	24-62	122,9	11,9	1,3	11,9
	гор. блюдо	298	каша перловая	150	22-52	156,3	5,9	6,2	26,9
	хлеб	575	хлеб перловый	30	3-36	40,3	2,3	0,2	10,8
	гор. напиток	Н60	чай с сахаром	200	11-23	66,2	1,5	1,6	11,4
Завтрак 2	фрукты	82	фрукты	100	25-00	44,7	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:				89,80				
Обед	закуска					550,8	21,9	21,3	67,8
	1-блюдо	114	суп борщ с борщом	200	19-14	65,6	2,2	2,2	4,8
	2-блюдо	358	каша пшеничная с овощами	100	62-00	123,2	6,6	9,0	21,6
	гарнир	256	картофель отварной	150	16-00	151,4	5,5	6,4	20,6
	сладкое	573	чай с сахаром	50	5-60	17,1	0,2	0,4	2,0
	хлеб бел.	574	хлеб пшеничный	55	3-54	49,9	2,8	0,5	10,1
	хлеб черн.	1515	хлеб пшеничный с сахаром	200	4-13	25,5	0,6	0,7	20,1
ИТОГО:					414	34,5	48,2	103,7	

205 1267,8 564 39,5 141,5