



Школа

МБОУ «СОШ № 1» г. Очер, Пушкина 54

Отд./корп а



И ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	479	салатика и тёртая	180	15-25	218,5	28,6	13,9	24,2
	гор. блюдо	471	свиное свиное	100	8-10	41,7	2,1	1,3	2,3
	хлеб	673	коштан.	100	63-32	62,9	5,1	3,2	3,5
	гор. напиток	454	чай с сахаром	200	1-68	25,2	0,1	0,2	0,1
Завтрак 2	фрукты				150-21				
	ИТОГО:					533,5	35,9	18,5	55,6
II ступень	закуса	100	вареные яйца	200	24-22	85,2	2,1	3,1	10,8
	1-блюдо	433	сметана	10	9-16	4,9	0,2	0,2	0,3
	2 блюдо	324	картофель	100	42-52	25,6	0,9	0,2	0,3
	гарнир	380	картофель	100	20-30	20,4	0,9	0,2	0,3
	сладкое	543	чай с сахаром	50	5-60	12,1	0,1	0,1	0,1
	хлеб бел.	574	чай с сахаром	25	5-61	4,5	0,1	0,1	0,1
хлеб черн.	486	чай с сахаром	200	15-22	45,1	0,1	0,2	0,2	
ИТОГО:					192,00	408,4	32,9	29,6	44,4
					192	121,9	68,8	18,2	193,3