



Школа

МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

05.05.2021

I ступень

| Присм пищи | Раздел       | № рец.      | Блюдо                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------------|-------------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор. блюдо   | 1523        | каша овсяная               | 200      | 14-01 | 196,4        | 5,7   | 4,4   | 24,3     |
|            | гор. блюдо   | 1549        | каша овсяная с яблоком     | 15       | 10-50 | 99,1         | 0,7   | 10,9  | 20,3     |
|            | хлеб         | 1543        | хлеб пшеничный             | 30       | 3-24  | 40,3         | 2,3   | 0,2   | 14,8     |
| Завтрак 2  | гор. напиток | 1561        | чай зеленый                | 200      | 10-86 | 94,5         | 1,4   | 1,8   | 18,8     |
|            | фрукты       | 1522        | фрукты                     | 150      | 31-50 | 98,4         | 0,6   | 0,6   | 14,4     |
| ИТОГО:     |              |             |                            |          |       | 562,0        | 9,8   | 20,9  | 45,8     |
| Обед       | закуска      | 1523        | суп картофельный с овощами | 200      | 10-91 | 191,6        | 4,2   | 4,4   | 6        |
|            | 1-блюдо      | 1548        | котлеты куриные с соусом   | 200      | 12-17 | 101,3        | 13,3  | 3,9   | 3,6      |
|            | 2-блюдо      | 1544        | салат овощной              | 150      | 21-00 | 126,8        | 4,0   | 4,3   | 10,4     |
|            | гарнир       | 1501        | картофель отварной         | 200      | 14-91 | 86,6         | 1     | 0,9   | 20,2     |
|            | сладкое      | 1549        | печенье                    | 50       | 5-10  | 11,9         | 3,8   | 0,4   | 20,6     |
|            | хлеб бел.    | 1549        | хлеб пшеничный             | 35       | 3-13  | 41,4         | 2,8   | 0,5   | 14,6     |
| хлеб черн. | 1581         | хлеб ржаной | 15                         | 6-03     | 50,6  | 0,8          | 0,7   | 11,25 |          |
| ИТОГО:     |              |             |                            |          |       | 591,6        | 33,9  | 20,7  | 90,05    |

II ступень

104 19 682,5 33,9 20,7 90,05