



Школа

МБОУ «ОБОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп

а

День

| Прием пищи | Раздел       | № реч. | Блюдо                        | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| I ступень  | гор. блюдо   | 223    | кашеа с черносливом          | 200      | 28-46  | 233,7        | 2,7   | 2,1  | 31,3     |
|            | гор. блюдо   | 224    | кашеа с яблоком              | 10       | 31-00  | 63,3         | 2,7   | 1,6  | 0,3      |
|            | хлеб         | 225    | кашеа с черносливом          | 30       | 3-65   | 40,3         | 2,3   | 0,3  | 10,8     |
|            | гор. напиток | 119    | кашеа с яблоком              | 10       | 20-10  | 66,2         | 0,2   | 0,2  | 0,2      |
|            |              | 1155   | кашеа с черносливом          | 200      | 6-52   | 29,1         | 0,2   | 0,2  | 9,6      |
| Завтрак 2  | фрукты       | 82     | приготовленные               | 100      | 24-60  | 11,5         | 0,4   | 0,4  | 2,3      |
|            | ИТОГО:       |        |                              |          | 104-62 | 516,5        | 16,8  | 20,3 | 65,7     |
| II ступень | закуска      |        |                              |          |        |              |       |      |          |
|            | 1-блюдо      | 222    | суп с яблоком, черносливом   | 250      | 16-54  | 180,2        | 9,3   | 1,4  | 10,1     |
|            | 2 блюдо      | 223    | картофельная запеканка       | 100      | 20-90  | 21,4         | 1,4   | 1,5  | 16,1     |
|            | гарнир       | 216    | картофель запеченный         | 200      | 32-49  | 116,8        | 5,3   | 8,6  | 19,6     |
|            | сладкое      | 213    | кашеа с черносливом          | 60       | 14-30  | 110,6        | 5,6   | 0,6  | 20,6     |
|            | хлеб бел.    | 214    | кашеа с черносливом          | 15       | 4-28   | 9,19         | 3,6   | 0,4  | 2,6      |
|            | хлеб черн.   | 1184   | кашеа с яблоком, черносливом | 200      | 20-25  | 178,4        | 0,3   | 0,2  | 18,7     |
|            | ИТОГО:       |        |                              |          | 132-46 | 516          | 40,8  | 33,2 | 112      |

Зав. пищеблоком - О.А. Сидорова

Р