



Май / 11.08.11 г. 89

День 11.08.2011

Отд./корп а

ФБОУ «ОСОШ № 1» ул. Пушкина 54

I ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	№11	овсяная каша с яблоком	90	28-56	189,9	11,6	1,5	11,9
	гор. блюдо	№18	макаронный суп	150	58-29	153,4	5,1	3,5	26,3
	хлеб	№13	пшеничный	30	3-24	40,3	2,3	0,2	10,8
Завтрак 2	гор. напиток	№60	чай с лимоном	200	11-02	66,2	1,5	1,6	11,4
	фрукты	№22	апельсин	100	23-00	111,5	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:		молоко		88-4	521,3	20,9	18,4	64,2
Обед	закуска								
	1-блюдо	№15	борщ с капустой	200	12-46	60,8	1,9	3,5	5,6
	2-блюдо	№33	сметана	5	2-24	4,9	0,1	0,8	0,2
	гарнир	№28	картофель-фри	210	14-12	107,4	24,3	20,4	30,9
	сладкое	№11	кисель	300	8-05	66,3	0	0	16,6
	хлеб бел.	№13	пшеничный	50	5-10	111,9	3,8	0,4	24,6
хлеб черн.	№14	пшеничный	35	3-13	42,1	2,8	0,5	14	
ИТОГО:			молоко		81-00	431,0	32,5	25,9	91,9