



Школа

МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

И ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	268	Овощи нарезка	200	60-80	395,3	11,3	26,6	11,2
	гор. блюдо	154	Овощ. пюре. Рыба	60	35-60	381,3	11,3	21,2	3,7
	хлеб	45	Хлеб пшенич. порез	15	11-34	521,6	3,9	4,1	0
	гор. напиток	153	Чай с сахаром	30	3-36	401,3	2,3	0,2	14,8
Завтрак 2	фрукты	157	Чай с сахаром	200	3-68	341,8	0,1	0	9,3
					110				
II ступень	ИТОГО:					523,5	25,3	33	31,3
	закуска								
	1-блюдо	101	Уха солян. картош.	200	23-68	591,3	14	3,6	3,6
	2 блюдо	123	Супеница	50	35-45	471,3	0,1	0,8	0,2
	гарнир	225	Бешкет картош.	100	12-15	205,3	15,1	13,9	5,4
	сладкое	202	Вафля шоколад.	150	16-43	249,13	2,5	6,4	3,4
	хлеб бел.	173	Хлеб пшенич.	50	3-60	411,9	3,9	0,4	21,6
	хлеб черн.	174	Хлеб ржаной	35	3-54	411,9	2,9	0,5	14
	ИТОГО:						45	0,2	20,3
							482	32,2	25,8
					104	1306,5	54,5	58,8	136