



Школа

МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина, 54

Отд./корп а



Тестушено

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I СТУПЕНЬ	гор. блюдо	204	каша овсяная	200	27-33	219,4	4,2	11,2	21,9
	гор. блюдо	205	картофель отварной	15	27-34	57,5	2,3	11,2	9,1
	хлеб	206	картофель отварной	20	2-36	40,5	2,3	0,2	24,5
	гор. напиток	207	чай с сахаром	200	21-55	100,4	2,6	3,6	18,5
	фрукты	208	фрукты свежие	200	25-00	100,5	0,4	0,4	21,5
Завтрак 2					96				
II СТУПЕНЬ	ИТОГО:					506,8	14,2	16,4	45,2
	Закуска	209	пюре картофельное	200	21-45	67,3	1,4	3,4	6,5
	1-е блюдо	210	салат овощной	5	2-45	2,9	0,1	0,1	0,5
	2-е блюдо	211	макотная каша с орехами	100	29-24	141,9	1,4	2,5	6,5
	гарнир	212	картофель отварной	180	32-20	100,4	2,4	2,5	6,5
	сладкое	213	чай с сахаром	60	5-60	140,9	1,6	0,5	12,5
	хлеб бел.	214	чай с сахаром	25	2-54	10,9	0,1	0,1	2,5
	хлеб черн.	215	чай с сахаром	200	2-43	83,5	0,6	0,2	20,2
	ИТОГО:					1122,2	21,9	22,2	90,9
						1475,6	42,2	38,4	166

зад. проект-сделай