



Школа

МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп

а



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	Завтрак	300	творог запеч. с овощами	100	60-118	142,4	18,8	5,2	5,1
		314	мюсли с фруктами	200	40-64	140,9	5,4	8,2	11,6
		543	кисель из фруктов	30	3-65	40,3	2,3	0,2	10,8
	гор. напиток	165	йогурт, с фруктами	200	11-115	125,4	3	3,4	20,8
		82	фруктовый сок	100	24-60	141,5	0,4	0,4	9,8
II ступень	Завтрак 2				143,82				
						523,8	29,9	14,3	62,1
	Обед	130	суп с мясом и картошкой	250	15-62	85,2	3	2,5	12,6
		366	мясо с овощами	100	49-111	141,1	16,2	12,5	0,3
		324	кисель из фруктов	180	30-53	81,9	6,2	3,2	14,6
		543	кисель из фруктов	60	4-30	40,3	1,6	0,5	5,1
		543	кисель из фруктов	16	4-38	9,8	0,4	0,2	1,6
		501	сок фруктовый	200	19-24	86,6	2,6	0,2	28,2
						498,2	33,4	19,2	20,2
					124,08				123,2
	Итого:								

заб. проеб-он 11 111