



Школа

МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

Действ



I ступень

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	213	Вареная гречневая каша	200	24-64	232,4	8,4	8,1	28,3
	гор. блюдо	264	Вареная бакенос	10	15-60	62,12	5,4	1,6	8,12
	хлеб	543	Вареная каша	30	3-36	30,3	2,12	0,2	8,12
	гор. напиток	452	Вареная каша с вареной морковью	200	15-24	60,1	0,2	0,2	8,12
Завтрак 2	фрукты	22	Фруктовый салат	200	25-00	14,5	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:				93,18	516,5	16,8	20,5	66,8
II ступень	закуска								
	1-блюдо	112	Суп с говяжьими котлетами	200	11-18	144,4	4,4	9,1	21,4
	2-блюдо	222	Картофельная котлета	20	21-26	22,1	1,9	1,3	2,1
	гарнир	176	Картофельное пюре	180	21-25	15,1	1,1	1,8	2,1
	сладкое	543	Вареная каша	50	5-60	14,1	3,12	0,1	2,1
	хлеб бел.	544	Вареная каша	35	3-54	14,1	2,12	0,15	2,1
хлеб черн.	114	Вареная каша	200	18-50	68,1	0,3	0,2	18,1	
ИТОГО:					111-116	493,6	30,9	22,3	94,5

Итого: 1210,8 57,4 10,8 163,3