



Школа

МБОУ СОШ № 11, ул. Пушкина 54

Отд./корп

а

День

15.05.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	№123	каша овсяная	200г	22-26	233,4	8,7	8,1	31,3
	гор. блюдо	№124	каша овсяная	100г	11-10	63,2	5,7	4,6	0,3
	хлеб	№125	хлеб пшеничный	30г	3-12	40,3	2,3	0,2	10,8
	гор. напиток	№126	какао-сметановый	10г	10-33	66,7	0,1	0,2	9,1
	гор. напиток	№127	какао-сметановый	200г	5-23	32,0	0,2	0	9,5
Завтрак 2	фрукты	№128	апельсин	110г	31-28	45,65	0,68	0,68	16,66
	ИТОГО:		Итого		84,92	514,65			
II ступень	закуска								
	1-блюдо	№129	винегрет с яблоком	250г	32-45	180,1	9,2	11,4	10,1
	2 блюдо	№130	котлеты с овощами	200г	26-27	214,14	14,7	12,5	16,6
	гарнир	№131	картофель отваренный	200г	25-10	146,8	5,3	8,6	19,8
	сладкое	№132	какао-сметановый	200г	10-54	148,4	0,3	0,2	18,15
	хлеб бел.	№133	хлеб пшеничный	60г	10-24	110,16	4,6	0,2	29,15
	хлеб черн.	№134	хлеб ржаной	15г	11-25	22,19	3,6	0,7	2,8
ИТОГО:			Итого		109,15	916,0			