



Школа №1 МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

16.09.2017

I ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	213	паштет мясной	200	24-64	233,4	8,4	8,1	31,3
	гор. блюдо	264	каши овсяные	40	15-60	63,2	5,1	1,6	0,3
	хлеб	543	хлеб мясной	30	3-36	40,3	2,1	0,2	4,8
	гор. напиток	49	чай с лимоном	10	15-37	66,1	0,1	4,2	0,1
			153	чай с лимоном	200	6-24	39,1	0,2	0
Завтрак-2	фрукты	82	фрукты свежие	100	25-00	111,5	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:				93	516,5	16,8	20,5	65,8
Обед	закуска								
	1-блюдо	122	суп с картош. вареной	200	14-28	111,1	4,4	9,1	8,1
	2 блюдо	339	картофельная каша	40	27-76	222,4	15,9	21,3	14,4
	гарнир	176	каши гр. овсяные	180	27-25	159,1	4,7	4,8	17,6
	сладкое	543	чай с лимоном	50	5-60	117,2	3,8	0,4	24,6
	хлеб бел.	544	хлеб мясной	35	3-54	49,1	2,8	0,5	4,6
хлеб черн.	484	хлебный из муки пшеничной	200	18-50	181,9	0,3	0,2	18,8	
ИТОГО:					111,6	493,6	31,9	29,3	94,5
				Итого		1310,2	514	119,8	163,3