



Школа

МОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп

а

День



И ступень

| Прием пищи | Раздел       | № реч.            | Блюдо             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-------------------|-------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| I ступень  | гор. блюдо   | 244               | чай с хлебом      | 90       | 26-80  | 182,9        | 11,9  | 1,3  | 11,9     |
|            | гор. блюдо   | 248               | чай с хлебом      | 150      | 20-80  | 186,9        | 6,9   | 6,2  | 26,9     |
|            | хлеб         | 243               | хлеб              | 30       | 3-30   | 40,5         | 2,3   | 0,2  | 10,2     |
|            | гор. напиток | 100               | чай с сахаром     | 200      | 10-18  | 66,2         | 1,5   | 1,6  | 11,4     |
| завтрак 2  | фрукты       | 82                | фрукты            | 100      | 25-00  | 44,5         | 0,4   | 0,4  | 9,8      |
|            | ИТОГО:       |                   |                   |          | 85-24  |              |       |      |          |
| II ступень | закуска      |                   |                   |          |        | 550,8        | 21,9  | 21,3 | 64,8     |
|            | 1-блюдо      | 114               | салат с капустой  | 200      | 10-04  | 65,6         | 2,2   | 2,2  | 4,8      |
|            | 2-блюдо      | 256               | картофельное пюре | 100      | 60-84  | 182,9        | 21,6  | 2,9  | 41,6     |
|            | гарнир       | 256               | картофельное пюре | 150      | 16-44  | 182,9        | 5,6   | 5,4  | 20,6     |
|            | сладкое      | 243               | чай с сахаром     | 50       | 5-60   | 141,2        | 2,8   | 0,4  | 20,6     |
|            | хлеб бел.    | 244               | хлеб              | 35       | 2-54   | 141,2        | 2,8   | 0,5  | 20,6     |
| хлеб черн. | 196          | картофельное пюре | 200               | 4-25     | 25,5   | 0,6          | 0,2   | 10,2 |          |
| ИТОГО:     |              |                   |                   |          | 101,02 | 414          | 34,5  | 18,2 | 103,4    |
|            |              |                   |                   |          |        | 1264,8       | 56,4  | 34,5 | 171,5    |