



21.01.2025г

а

Отд./корп

МБОУ «СОШ № 54 имени Пушкина 54

Школа



Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	300	рыба жарен. в сметане	100	60-48	142,4	12,8	5,2	5,8
	гор. блюдо	344	индейка вареная	200	40-64	140,9	5,4	2,8	11,6
	хлеб	575	хлеб из пшеничной	30	5-65	40,3	2,3	0,2	11,8
Завтрак	гор. напиток	165	вар. манна с маслом	200	11-15	125,4	3	3,4	20,8
	фрукты	82	фрукты свежие	100	24-00	111,6	0,4	0,4	9,8
ИТОГО:					113,22	523,8	29,9	14,3	62,2
Обед	закуска	120	суп с картош. и	250	14-32	85,2	3	2,5	12,6
	1-е блюдо	369	индейка вареная	200	40-15	141	16,2	12,2	9,2
	2-е блюдо	237	индейка вареная	180	29-53	119,1	5	5,2	14,6
	гарнир	543	пюре картофельный	60	7-20	110,6	4,6	0,5	20,5
	сладкое	544	пюре картофельный	15	1-28	22,14	2,6	0,19	2,8
	хлеб бел.	602	хлеб пшеничный	200	14-24	86,6	2,6	0,2	20,2
ИТОГО:					119,50	498,2	33,4	19,1	123,2

зад. проект - сел. ул.