



День 11.11.2012

Отд./корп а

Школа МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

I ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	230	каша овсяная молоч.	200	33-36	204,1	4,9	4,1	20,9
	гор. блюдо	64	творог с сахаром	35	30-30	121,1	5,9	4,1	11,9
	хлеб	573	хлеб пшеничный	16	1-68	35,2	1,1	0,1	4,1
Завтрак-2	гор. напиток	162	вареное молоко	200	13-91	120,7	9,6	3,6	18,6
	фрукты	82	фрукты свежие	100	25-00	44,5	0,4	0,4	9,8
Обед	ИТОГО:				104,1				
	закуска	194	суп картофельный	200	8-09	528,6	15,2	1,9	44,1
	1-блюдо	278	салат овощной	20	24-90	100,1	5,4	3,9	13,9
	2-блюдо	175	картофель отварной	20	24-90	57,1	5,4	3,9	11,9
	гарнир	304	картофель отварной	20	24-90	57,1	5,4	3,9	11,9
	сладкое	344	варенье	20	46-36	9,8	1,1	1,1	1,1
	хлеб бел.	573	хлеб пшеничный	50	35-20	176,9	11,9	1,1	10,1
	хлеб черн.	574	хлеб пшеничный	35	5-60	111,1	3,8	0,4	10,1
	ИТОГО:					661,5	21,8	0,5	40,6
			582	варенье	16	6-34	62,4	1,1	1,1

Итого:
 447,9 34,1 18,4 108,5
 1246,5 52,3 27,4 182,6

зад. проект - овал 104