Школа МБОУ «ОСОШ № 1» ул. Пушкина 54 Отд./корп а День 18.03.2025 г.

	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	1-Нед Завтрак	гор. блюдо	268	омлет натуральный	200	62-73	325,3	17,3	26,6	4,2
		гор. блюдо	157	зеленый горошек (отвар)	60	27-71	38,5	1,7	2,2	3
		хлеб	75	сыр порциями	15	20-10	53,6	3,9	4	0
			573	масло шоколадное	30	3-65	70,3	2,3	0,2	14,8
		гор. напиток	457	чай с сахаром	200	3-55	37,8	0,1	0	9,3
	Завтрак 2	фрукты				117-44				
							523,5	25,3	33	31,3
		ИТОГО:								
II ступень	5-1Нед Обед	закуска								
		1 блюдо	104	щи с капустой	250	13-40	65,4	1,8	4,5	4,4
		2 блюдо	433	сметана	5	2-75	4,9	0,1	0,8	0,2
		гарнир	326	бедро тушеное	120	55-46	246,3	18,2	16,6	6
		сладкое	202	каша пшенная	180	22-50	240,6	10,2	7,6	45,2
		хлеб бел.	573	масло шоколадное	60	7-30	140,6	4,6	0,5	29,5
		хлеб черн.	574	масло тюленое	45	4-98	92,4	3,6	0,7	18
			488	компот ассор. ягод	200	17-48	85	0,5	0,2	20,3
		ИТОГО:				121-87	928,5	39	30,9	123,6

зав. произв-ом СШР