



Школа МБОУ СОШ №1» ул. Лушкина 54

Отд./корп а



Исчисление

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	244	квашенный творог	90	24-22	122,9	11,9	12	11,9
	гор. блюдо	248	каша из овсяной	150	22-20	186,9	8,2	8,2	26,9
	хлеб	573	каша из овсяной	30	3-30	40,3	2,3	0,2	10,8
Завтрак	гор. напиток	Н60	чай с лимоном	200	11-23	66,2	1,5	1,6	11,9
	фрукты	82	фрукты	100	25-00	47,5	0,4	0,4	9,9
ИТОГО:					90 НР	550,8	21,9	21,3	67,8
Обед	закуска								
	1-блюдо	214	суп картофель с брокколи	200	12-14	65,9	2,2	2,2	11,8
	2 блюдо	256	картофельное пюре	200	21-00	193,2	11,6	9,4	41,6
	гарнир	256	картофель отварной	150	16-00	185,4	5,5	5,1	20,6
	сладкое	573	каша из овсяной	50	5-60	121,9	3,8	0,4	20,6
хлеб бел.	573	каша из овсяной	30	3-30	40,3	2,3	0,2	10,8	
хлеб черн.	Н45	каша из овсяной	200	4-12	83,5	0,6	0,1	20,2	
ИТОГО:					105 НР	714	31,5	32,2	103,4
					105 НР	1267,8	56,4	59,5	141,5

Зав. кафе - о.и. О.и.