



Школа

МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп

а

Темпиль



Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	109	Запеканка из творога	180	85-95	212	28,6	13,9	24,2
	гор. блюдо	114	Сырники с яблоками	16	8-12	40,2	1,1	1,3	2,1
	хлеб	119	Бородинский	100	52-58	62,4	5,1	3,2	2,5
	гор. напиток	119	Чай с сахаром	15	1-68	35,2	1,1	0,1	2,9
Завтрак 2	фрукты				152,24				
	ИТОГО:					532,5	35,9	18,5	55,6
Обед	закуска	100	Пюре из картофеля	200	31-45	15,2	2,9	3,7	10,2
	1-е блюдо	122	Суп с мясом	16	9-12	15,2	2,9	3,7	10,2
	2 блюдо	214	Картофель с овощами	100	22-24	26,1	2,9	1,2	2,2
	гарнир	280	Картофель отварной	180	22-26	26,1	2,9	1,2	2,2
	сладкое	512	Чай с сахаром	50	5-60	14,1	3,2	0,4	2,6
	хлеб бел.	119	Чай с сахаром	36	3-54	14,1	3,2	0,4	2,6
хлеб черн.	119	Чай с сахаром	200	9-12	16,5	0,1	0,1	1,1	
ИТОГО:					119-25	402,4	32,9	20,6	44,4
					119-	121,9	68,8	18,2	133,3

год. плановый - 1000