



20.10.15

День

Отд./корп а

Школа

МБОУ "ОСОШ №1" ул. Пушкина 54

Раздел

№ рец.

Блюдо

Выход, г

Цена

Калорийность

Белки

Жиры

Углеводы

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 - 4 классы	гор.блюдо	222	каша манная	200	80-62	2800	10	9,6	29,5
	гор.блюдо	42	тыквенно-свекольный салат	150	20-46	1343	1,6	3,8	23,4
	хлеб	643	пшеничный	16	2-02	352	1,1	0,1	4,4
	гор.напиток	459	чай с лимоном	200	4-20	682	0,3	0,1	14,2
	фрукты	82	яблоки свежие	100	25-00	405	0,4	0,4	9,8
Обед 5 - 11 классы	ИТОГО				85-90	5566	13,4	14	24,3
	1 блюдо	116	суп с овощами	250	15-34	443	2	1,5	6,4
	2 блюдо	318	мясо отварное	20	10-94	548	5,4	3,9	0,2
	гарнир	433	картофель	5	3-02	419	0,1	0,8	0,2
	сладкое	308	варенье	100	15-54	90	1,5	2,1	6
	хлеб бел.	154	картон. хлеб	200	13-08	2206	4,5	9,4	26,5
	хлеб черн.	543	пшеничный	60	8-06	2006	4,6	0,5	22,5
	ИТОГО	544	чай с лимоном	15	5-50	994	3,6	0,1	18
		495	варенье с сахаром	200	4-42	8215	0,6	0,1	20,1
		580	баварский	20	14-10	16213	1,2	9,2	18,8
						929	24	21,2	25,6

18206

заб. прикуп - все! Уф