



День 20.10.2014

а

Отд./корп

МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Школа

1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	232	каша перловая	100	28,58	214,4	10	9,6	39,5
	гор. блюдо	232	бутерброд с повидлом	45	18,00	134,3	4,6	3,8	23,4
	хлеб	543	хлеб пшеничный	15	1,79	35,2	1,1	0,1	4,4
Завтрак.2	гор. напиток	459	чай с лимоном	200	6,00	68,2	0,3	0,1	14,2
	фрукты	82	фруктовый салат	100	25,00	141,5	0,4	0,4	9,8
Обед	ИТОГО:				<u>99,67</u>	556,6	15,4	14	97,3
	закуска	116	суп из овощей с/б	200	11,94	59,4	1,6	3,6	5,1
	1-блюдо	318	салат овощной	20	24,90	57,8	5,4	3,9	0,1
	2 блюдо	433	котлетки	5	2,45	7,9	0,8	0,2	0,2
	гарнир	381	картофель отварной	90	34,62	88	10,8	1,8	5,4
	сладкое	154	кисель лимонный	180	37,90	198,5	6,8	8,5	23,8
	хлеб бел.	544	хлеб пшеничный	50	5,60	141,2	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	495	хлеб ржаной	35	3,57	78,1	2,8	0,5	14
	ИТОГО:	580	картофель	200	7,43	83,5	0,6	0,1	20,8
				15	10,00	81,2	0,6	41,6	9,4
				<u>144,91</u>	757,9	32,8	24,2	102,4	
					1314,5	45,9	38,2	194	