



Школа МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

История



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	101	овощи натертая	200	50-48	325,3	17,3	26,6	Н,2
	гор. блюдо	102	овощи жареные с мясом	60	26-63	325,5	14,1	21,2	3,1
	хлеб	103	хлеб пшенич. некал	15	16-14	311,5	2,0	11,2	0
	гор. напиток	104	чай с сахаром	30	3-26	301,3	2,3	0,2	19,8
	фрукты	105	чай с сахаром	200	3-63	311,8	0,8	0,2	91,3
Обед	ИТОГО:				99,89				
	закуска	101	салат с овощами	200	23-40	523,5	25,3	33	31,3
	1-е блюдо	102	суп с овощами	150	2-35	523,1	14,1	3,6	3,6
	2-е блюдо	103	картофельное пюре	100	58-53	410	0,7	0,8	0,2
	гарнир	104	картофельное пюре	150	16-15	205,3	15,1	13,9	5,2
	сладкое	105	чай с сахаром	50	5-60	219,2	8,5	6,9	3,7
	хлеб бел.	106	хлеб пшенич.	35	3-54	171,8	3,9	0,4	20,6
	хлеб черн.	107	хлеб пшенич. черн.	200	16-38	182	0,5	0,2	20,3
	ИТОГО:					482	39,2	25,7	104,4
						126	1205,5	57,5	58,8