



Школа

МБОУ «ОСОШ № 1» г.ул. Пушкина, 54

отд./корп

а

День 04.10.2022

Мария

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	№ 300	Кислое тесто с овощами	100	53-64	1124	5,2	5,1	
	гор. блюдо	№ 244	Кислое тесто с овощами	200	51-53	1104	5,2	5,1	
	хлеб	№ 572	Лепёшка из пшеничной муки	30	3-12	50,3	0,2	14,8	
	гор. напиток	№ 166	Кефир, йогурт, сметана	200	10-68	125,4	3	3,1	20,8
	фрукты	№ 82	Апельсин	100	19-00	111,6	0,4	0,4	9,8
Завтрак 2			Чайкою	110,4	52,5	129,9	12,3	6,2	8
ИТОГО:									
Обед	закуска								
	1-блюдо	№ 191	Кислое тесто с овощами	250	11-15	86,2	5	5	12,6
	2 блюдо	№ 366	Кислое тесто с овощами	100	65-70	102	10,2	10,2	0,2
	гарнир	№ 244	Лепёшка с овощами	180	92-98	219,8	5,2	5,2	12,6
	сладкое	№ 501	Сахе от кремового	200	42-50	186,6	10,2	10,2	0,2
	хлеб бел.	№ 572	Лепёшка из пшеничной муки	60	6-14	190,6	11,6	11,6	0,5
ИТОГО:									
II прием			Чайкою	130,4	49,8	133,4	10,4	10,4	123,2