



25.12.2022

День

Отд./корп а

МБОУ «СОШ №1» ул. Пушкина 54

Школа

*Темечко*

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	219	каша овсяная	200	21-30	196,4	6,1	4,4	24,3
	гор. блюдо	220	каша гречневая	200	18-40	201,2	6,1	10,2	21,2
	хлеб	221	хлеб пшеничный	30	2-28	40,3	2,1	0,2	21,8
Завтрак 2	гор. напиток	222	чай зеленый	200	11-53	97,5	2,1	0,2	21,8
	фрукты	22	арбуз	200	25-00	90,5	0,4	0,4	21,8
Обед	ИТОГО:				90,18	507,1	9,6	20,4	40,9
	закуска	199	салат овощной	200	15-54	121,6	4,3	4,4	6
	1-блюдо	200	суп куриный	200	18-55	121,3	4,3	2,1	21,9
	2-блюдо	201	котлеты	180	22-40	149,8	4,3	2,1	21,9
	гарнир	202	картофель	50	5-60	111,2	3,1	0,2	21,6
	сладкое	203	джем	25	3-54	121,2	2,1	0,2	21,9
	хлеб бел.	204	хлеб пшеничный	200	19-21	89,8	0,9	0,2	20,2
хлеб черн.	205	хлеб ржаной	16	14-13	69,1	0,9	0,2	11,2	
ИТОГО:					129,35	681,5	22,9	20,4	90

1889,3 13,5 11,4 160,9