«Очерская средняя общеобразовательная школа №1»

Согласовано

Мавлетова Людмила Рафаиловна

Школа МБОУ «ОСОШ № 1» ул. Пушкина 54 Отд./корп а День 26.12.2024г.

I ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	371	[illegible] из птицы	90	27-93	182,9	11,6	13	4,9
	гор. блюдо	258	[illegible] отв. [illegible]	150	25-18	157,4	5,8	3,5	26,3
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	3-36	70,3	2,3	0,2	14,8
		460	Чай с [illegible]	200	12-23	66,2	1,5	1,6	11,4
	гор. напиток	82	фрукты	100	25-00	44,5	0,4	0,4	9,8
~~Завтрак 2~~	фрукты								
					93-70				
	ИТОГО:					521,3	20,9	18,7	67,2
Обед	закуска								
	1 блюдо	95	Борщ с капустой	200	14-06	60,1	1,5	3,5	5,6
	2 блюдо	433	сметана	5	2-75	4,9	0,1	0,8	0,2
	гарнир	328	Жаркое по-домашн.	240	68-73	407,4	24,3	20,7	30,9
	сладкое	573	Хлеб пшеничный	50	5-60	117,2	3,8	0,4	24,6
	хлеб бел.	574	Хлеб ржаной	35	3-57	79,1	2,8	0,5	14
	хлеб черн.	484	[illegible] из [illegible]	200	7-92	66,3	0	0	16,6
	ИТОГО:				102-63	731	32,5	25,9	91,9

1252,3 53,4 44,6 159,1