



Школа.

МБОУ «ОСОШ №1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

22.12.2022

И ступень

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	114	каша перловая	200	25-25	219,4	4	1,2	31,9
	гор. блюдо	115	сметанник мясной	26	14-27	57,6	3,9	1,2	0,1
	хлеб	613	пшеница	20	3-35	10,3	2,13	0,2	1,8
	гор. напиток	162	чай с сахаром	200	21-53	120,7	3,6	0,6	18,6
Завтрак	фрукты	12	фрукты свежие	100	25-00	44,5	0,9	0,1	9,1
	ИТОГО:				96,09	506,8	17,2	15,4	45,1
Обед	закуска	99	растительное	200	21-45	65,9	1,4	3,4	6,5
	1-блюдо	133	сметана	5	2-45	1,9	0,1	0,1	0,1
	2 блюдо	219	пшеница с мясом	100	29-27	121,9	2,19	0,13	0,8
	гарнир	380	картофель	180	32-26	121,9	2,19	0,13	0,8
	сладкое	613	чай с сахаром	200	21-53	120,7	3,6	0,6	18,6
	хлеб бел.	613	пшеница	20	3-35	10,3	2,13	0,2	1,8
ИТОГО:	хлеб черн.	115	пшеница	200	4-13	83,5	0,6	0,1	20,1
	ИТОГО:				119,23	668,9	28,9	23	90,9
					119,23	1145,6	119,1	38,4	166

заб. Мясоев - 001100