

Согласовано



23.04.2025

Школа

МБОУ «ОСОШ № 1» ул. Пушкина - 54

Отд./корп

а

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	220	каша перловая	200	32-18	204,1	4,9	4,1	30,9
	гор. блюдо	64	рыбный суп с овощами	75	32-64	281,1	5,2	2,9	29,9
	хлеб	543	хлеб пшеничный	75	1-85	35,2	1,1	0,1	7,4
	гор. напиток	162	чай с лимоном	200	11-51	120,4	3,6	3,6	18,6
Ватрак 2	фрукты	82	фрукты свежие	100	24-60	41,5	0,4	0,4	9,8
					108-46	528,6	15,2	1,5	44,1
Обед	ИТОГО:								
	закуска	124	суп картофельный	250	14-20	120	4,5	3,4	16,5
	1-блюдо	218	каша овсяная	200	32-83	54,2	5,9	3,0	10,9
	2 блюдо	103	салат овощной	75	3-04	66,1	1,9	0,9	11,9
	гарнир	204	картофель отварной	200	55-14	108,9	2,0	1,8	20,3
	сладкое	244	чай с сахаром	200	11-63	100,9	5,1	1,8	21,9
	хлеб бел.	543	хлеб пшеничный	75	1-84	35,2	1,1	0,1	7,4
	хлеб черн.	544	хлеб ржаной	75	4-28	22,1	3,6	0,1	1,1
	ИТОГО:								
		582	каша перловая	200	32-83	66,1	8,2	2,9	16,5

18404 869,4 47,9 21,6 126,5

заб. переоб-ое 100