



Школа №1 ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День



Исписки

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	113	Каши гречневая	200	24-60	233,1	8,4	2,1	31,3
	гор. блюдо	114	Хлебо-бисквитное	40	15-60	63,2	5,1	1,6	0,3
	хлеб	115	Хлеб пшеничный	30	2-26	40,3	2,3	0,9	10,1
	гор. напиток	116	Хлеб с маслом, сметаной	10	15-24	66,1	0,7	0,2	0,1
	гор. напиток	117	Хлеб с маслом, сметаной	200	6-24	33	0,2	0	0,5
Завтрак 2	фрукты	82	Фрукты свежие	100	25-00	111,6	0,4	0,4	0,7
	ИТОГО:				93,18	516,7	16,8	20,6	65,8
Обед	закуска								
	1-блюдо	122	Сметановый соус	200	14-28	111,4	4,4	0,1	2,1
	2 блюдо	123	Сметановый соус	90	21-26	20,14	1,9	1,5	1,4
	гарнир	116	Пюре из овощей	180	21-25	150,1	1,7	1,8	1,6
	сладкое	117	Пюре из овощей	50	5-60	21,9	3,8	0,4	2,6
	хлеб бел:	118	Хлеб пшеничный	35	3-54	40,1	2,8	0,5	1,1
	хлеб черн.	119	Хлеб пшеничный	200	18-50	48,4	0,3	0,2	0,8
ИТОГО:					214,16	493,6	24,9	29,9	44,5
						1310,1	51,4	19,8	163,3