



Школа

МБОУ «СОШ № 1» ул. Пушкина 54

Отд./корп а

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I СТУПЕНЬ	гор. блюдо	212	каша овсяная	200	27-46	232,4	8,4	2,2	21,3
	гор. блюдо	267	каша овсяная	40	27-46	46,5	1,7	0,4	4,3
	хлеб	573	хлеб пшеничный	30	3-65	10,3	0,3	0,1	1,8
	гор. напиток	453	чай с сахаром	200	20-20	66,2	0,2	0,1	2,5
Завтрак	фрукты	82	фрукты свежие	100	24-60	41,5	0,4	0,4	9,8
	ИТОГО:				1046	516,5	16,8	20,6	66,8
II СТУПЕНЬ	закуска	122	суп с картош. котлет	250	16-54	280,2	9,3	1,4	20,2
	1-блюдо	222	картофельная котлет	200	20-90	211,4	14,7	1,5	16,2
	2-блюдо	175	картофельная котлет	200	22-70	261,8	15,3	2,1	18,6
	гарнир	573	картофельная котлет	60	7-30	100,6	4,6	0,5	2,1
	сладкое	574	картофельная котлет	15	4-98	9,14	3,6	0,1	2,8
	хлеб бел.	484	картофельная котлет	200	20-25	48,4	0,3	0,2	2,8
ИТОГО:					132	916	40,8	33,9	112

Заб. продукты - 0,01 кг