

Возрастная категория:

12-18

лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп _____ День 09.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,87 | 61 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | Пр-во | Конд.изделие | 35 | 12,50 | 107 | 2 | 3 | 17 |
| | фрукт | 338 | Яблоко | 200 | 15,63 | 176 | 2 | 2 | 39 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 67 | винегрет овощной | 100 | 5,04 | 52 | 1 | 2 | 7 |
| | 1 блюдо | 88 | Щи из свежей капусты со смет | 255 | 5,54 | 84 | 2 | 5 | 9 |
| | 2 блюдо | 416 | Котлета свиная | 100 | 27,58 | 153 | 10 | 8 | 9 |
| | гарнир | 302 | каша рисовая рассыпчатая | 200 | 10,24 | 195 | 3 | 4 | 36 |
| | сладкое | 395 | кофейный напиток с молоком | 200 | 5,47 | 104 | 3 | 3 | 17 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 480 | Хлеб "Сила" | 40 | 2,13 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| | Десерт | Пр-во | Булочка | 70 | 24,00 | 315 | 6 | 11 | 55 |

Повар Гороховцева Н.Б.

