

Возрастная категория:

12-18 лет

Утверждаю
 Директор ОУ
 И.Н.Абрамова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп _____ День 13.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	53	10,67	67	4	6	1
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,87	61	0	0	15
	хлеб	480	Батон	40	3,78	85	3	0	19
		14	Масло слив.	15	7,50	113	0	12	0
		15	Сыр твердый	10	6,18	37	2	3	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Икра кабачковая	100	7,84	66	1	5	5
	1 блюдо	129	Рассольник Ленинградский	250	5,37	125	3	4	16
	2 блюдо	394	Жаркое по-домашнему	220	33,96	385	19	19	32
	гарнир								
	сладкое	407	Сок	200	7,70	94	1	0	23
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15
		Пб-во	Булочка	100	23,00	394	8	13	69

Повар Гороховцева Н.Б.