

Возрастная категория:

12-18

лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1

Отд./корп

День

16.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,88	61	0	0	15
	хлеб	Пр-во	Конд.изделие	22	3,92	96	2	3	16
	десерт	Пр-во	Йогурт	100	24,20	52	4	3	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	49	Салат витаминный	100	10,01	71	1	4	7
	1 блюдо	110	Суп из овощей с фасолью и смет	255	5,42	96	3	4	23
	2 блюдо	143	Котлета рыбная	100	21,80	141	9	6	11
	гарнир	694	Пюре картофель	200	9,72	183	4	6	27
	сладкое	349	Компот сухофрукты	200	3,45	103	1	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	480	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15
	Фрукт	338	Фрукт	194	15,97	88	1	1	20
	хол.блюдо	209	Яйцо вареное	40	11,50	63	5	5	0

Повар Гороховцева Н.Б.

