

Возрастная категория:

12-18

лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа		МБОУ Обоянская СОШ № 1		Отд./корп	День				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	Каша Дружба	205	17,64	186	5	5	32
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,92	61	0	0	15
	хлеб	480	Батон	20	1,89	43	2	0	9
	хол.блюда	15	Сыр твердый	15	8,55	56	3	5	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54	Икра свекольная	100	6,36	114	2	6	12
	1 блюдо	102	Суп картоф. с горохом и мясом	270	9,76	202	6	5	19
	2 блюдо	293	Птица запеченая	100	33,70	276	22	18	6
	гарнир	309	Макароны отварные	200	4,49	337	9	9	58
	сладкое	349	компот из смеси сухофруктов	200	3,45	103	1	0	0
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	60	3,20	71	3	1	15
	Фрукт	338	Фрукт	210	19,04	88	1	1	20

Повар Гороховцева Н.Б.

