

Возрастная категория
12-18 лет

Утверждаю
 Директор ОУ
 Т.А. Пашкова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп 5-11 День 21.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	Каша молочная "Дружба"	205	17,64	186	5	5	32
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,92	61	0	0	15
	хлеб	480	Хлеб пшен	20	1,89	47	2	0	10
	хол.блюда	15	Сыр твердый	15	8,55	36	2	3	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Салат из белокач.капусты	100	3,65	49	1	3	3
	1 блюдо	103	Суп картоф. с макаронами и мясом	260	10,37	108	3	2	19
	2 блюдо	143	Котлета рыбная	100	27,09	141	9	6	11
	гарнир	694	Пюре картофельное	200	9,72	103	3	5	18
	сладкое	10011	кисель	200	4,04	103	1	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15
	десерт	пр	конизд	47	33,00	85	5	3	9

Повар Гороховцева Н.Б.