

Возрастная категория:

педант. лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп            День 29.09.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                     | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 32     | Каша "Дружба"             | 201      | 13,13 | 186          | 5     | 5    | 32       |
|            | гор.напиток | 376    | Чай с сахаром             | 200      | 1,87  | 61           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб        |        |                           |          |       |              |       |      |          |
|            | фрукт       | 338    | Фрукты                    | 120      | 15,00 | 84           | 1     | 5    | 9        |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                           |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                           |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 67     | винегрет овощной          | 100      | 5,55  | 52           | 1     | 2    | 7        |
|            | 1 блюдо     | 101    | Суп картофельный с крупой | 250      | 3,55  | 143          | 6     | 7    | 14       |
|            | 2 блюдо     | 416    | Котлета свиная            | 100      | 39,97 | 153          | 10    | 8    | 9        |
|            | гарнир      | 309    | Макароны отварные         | 200      | 8,46  | 208          | 5     | 8    | 30       |
|            | сладкое     | 382    | Какао с молоком           | 200      | 9,34  | 154          | 4     | 4    | 26       |
|            | хлеб бел.   |        |                           |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 481    | Хлеб "Сила"               | 40       | 2,13  | 71           | 3     | 1    | 15       |
|            | десерт      | Пр-во  | Булочка                   | 50       | 11,00 | 197          | 4     | 7    | 35       |

Повар Гороховцева Н.Б.