

Школа

МБОУ СОШ № 1

Отд./корп

День

16.11.2022

| Прием пищи | Раздел                 | № рец.                 | Блюдо                           | Выход, г    | Цена       | Калорийность   | Белки         | Жиры         | Углеводы      |
|------------|------------------------|------------------------|---------------------------------|-------------|------------|----------------|---------------|--------------|---------------|
| Завтрак    | гор.блюдо              | 204/2017               | Макароны отварные с сыром       | 200         |            | 272,32         | 13,17         | 10,28        | 31,78         |
|            | напиток                | 389/2017               | Сок фруктовый (яблочный)        | 200         |            | 88,54          | 0,7           | 0,3          | 20,76         |
|            |                        | 14/2017                | Масло сливочное 72,5 % м.д.ж.   | 10          |            | 66,09          | 0,08          | 7,25         | 0,13          |
|            | хлеб                   |                        | Хлеб пшеничный                  | 30          |            | 84,39          | 2,47          | 0,31         | 17,93         |
|            | закуска                | 101/2004               | Икра кабачковая                 | 60          |            | 44,43          | 1,20          | 2,82         | 3,56          |
|            | <b>Итого за прием:</b> |                        |                                 | <b>500</b>  |            | <b>555,77</b>  | <b>17,62</b>  | <b>20,96</b> | <b>74,16</b>  |
| Завтрак 2  |                        |                        |                                 |             |            |                |               |              |               |
|            |                        |                        |                                 |             |            |                |               |              |               |
| Обед       |                        | 348/2011               | Соус томатный                   | 50          |            | 46,22          | 0,58          | 3,1          | 4             |
|            | 1 блюдо                | 102/2017               | Суп картофельный с бобовыми     | 200         |            | 116,46         | 4,39          | 7,26         | 8,39          |
|            | 2 блюдо                | 297/2017               | Фрикадельки из бройлеров-цыплят | 90          |            | 213,96         | 12,9          | 14,8         | 7,29          |
|            | гарнир                 | 302/2017               | Каша пшеничная рассыпчатая      | 150         |            | 221,18         | 6,32          | 4,5          | 38,85         |
|            | 3 блюдо                | 342/2017               | Компот из свежих яблок          | 200         |            | 97,6           | 0,16          | 0,16         | 23,88         |
|            | хлеб бел.              |                        | Хлеб пшеничный                  | 30          |            | 84,39          | 2,47          | 0,31         | 17,93         |
|            | хлеб черн.             |                        | Хлеб ржано-пшеничный            | 30          |            | 51,24          | 1,98          | 0,36         | 10,02         |
|            |                        | <b>Итого за прием:</b> |                                 |             | <b>750</b> |                | <b>831,05</b> | <b>28,80</b> | <b>30,49</b>  |
|            | <b>Всего за день:</b>  |                        |                                 | <b>1250</b> |            | <b>1386,82</b> | <b>46,42</b>  | <b>51,45</b> | <b>184,52</b> |