



Директор Школы № 101 г. Алматы

Школа № 101 г. Алматы

Отд./корп

Т. Сабурман

День 31.01.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	348	Пюре картофельное	200	9	213	9,16	10,88	32,6
	гор.напиток	501	Корейский салат	200	5	79	3,2	4,7	15,9
	хлеб	108	Хлеб	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6
		112	Алишан, сливочная	200	18	911	0,8	0,8	19,6
Завтрак 2	фрукты		Много фруктов	60	34	573,5	16,96	16,78	94,70
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	347	Суп с макар. и морковью	200	12	89	4,6	4,88	15,04
	2 блюдо	345	Рыбный суп	90	15	113	13,9	2,1	9,6
	гарнир	429	Пюре картофельное	180	13	165,6	3,78	7,92	24,62
	соус	442	Соус сметанный	50	10	57,66	0,76	5,31	1,68
	хлеб бел.	108	Хлеб	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	109	Хлеб	50	2	89	3,3	0,6	15,70
	напиток	519	Алишан из молока	200	15	106,70	0,77	0,33	25,08

Много фруктов; 1470. 841,50. 1309,96 45,43. 35,72 205,03;

Зав. столовой: Т. Сабурман