

Интервью: директор школы, Акимская СОШ

Т.И. Воробьева



Школа: АИБ СОШ, Акимская СОШ  
 Отд./корп: Аким.  
 День: 13.02.22.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	155	Каша рисовая со сметаной	200	3,50	229,40	5,53	8,67	32,4
	гор.напиток	195	Чай с сахаром	200	4,50	1012,5	1,65	1,43	17,49
	хлеб	101	Хлеб пшеничный	50	2	112,5	3,8	0,4	24,6
		112	Яблоко	150	10	94	0,8	0,8	19,6
Завтрак 2	Фрукты		Яблоко завтрак	600	26	448,15	10,98	10,44	74,49
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	122	Пастуший горошек	200	12	85	1,66	4,76	10,24
	2 блюдо	321	Омлет с сыром	90	44	257,40	1,66	15,73	12,54
	гарнир	191	Макаронный соус	150	5	144,9	5,65	0,68	29,03
	соус	453	Сметанная	50	0,50	19,68	0,32	1,11	0,08
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	50	2	112,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	50	2	87	3,3	0,6	16,70
	напиток	518	Сок	200	4,80	87	1	0,2	0,2
			790	65,00	803,48	31,73	22,9	55,68	
			1390	91	1251,63	42,71	33,34	180,17	

Итого хлеба: 1390, 91. Итого жира: 33,34. Итого углеводов: 180,17.

Информация: Д.