

Удиректор школы Женская сш



Т. М. Бородина

Школа МБОУ Женская сш Отд./корп Анжн. День 18.02.20

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	151	каша греческая на молоке	200	9,50	229,40	5,53	2,61	30,4
	гор. напиток	195	чай с сахаром	200	4,50	10,25	1,65	1,43	17,49
	хлеб	102	хлеб пшеничный	50	2	11,5	3,8	0,4	2,46
		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	фасольки греческая	200	12	85	1,66	4,16	10,24
	2 блюдо	321	бифштекс с овощами	90	14	257,40	1,6	15,75	11,84
	гарнир	291	картофель с маслом	150	5	144,9	5,65	0,68	29,03
	соус	453	соус томатный	50	0,50	19,68	0,32	1,11	1,072
	хлеб бел.	102	хлеб пшеничный	50	2	11,5	3,8	0,4	2,46
	хлеб черн. напиток	109	хлеб черный	50	2	87	1,3	0,6	16,70
	518	сок	200	4,50	92	1	0,2	0,2	
			790	85,00	803,48	31,73	20,9	95,68	
			1390	91	1251,63	42,71	33,34	140,17	

итого хлеб: 1390, 91, 1251,63, 42,71, 33,34, 140,17

Таб составной. Под