

Утверждено: Директор школы, Женякина Елена, И.М. Воробьева



Школа

МБОУ "Женякина Елена"

Отд./корп

Исступ...

День 12.09.2012

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	309	Омлет с сыром	150	20	389,25	28,37	20,18	3,32	
	гор.напиток	495	чай с сахаром	200	4	81	1,500	1,300	19,9	
	хлеб	108	хлеб пшеничный	50	2	167,5	3,8	0,4	24,6	
Завтрак 2	фрукты	112	яблоко	400	26	588,75	26,67	33,87	43,87	
	Напиток		молоко	200	10	94	0,8	0,8	19,6	
Обед	закуска									
	1 блюдо	134	Пюре картофельное	200	10	97	1,04	4,2	13	
	2 блюдо	381	Омлет с сыром	90	46	287,40	16,02	10,75	12,87	
	гарнир	423	картофель тушен.	180	6	113,4	0,66	0,48	7,02	
	соус									
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	50	2	167,5	3,8	0,4	24,6	
хлеб черн.	109	хлеб пшеничный	50	2	87	3,3	0,6	16,70		
напиток	509	чай с сахаром	200	4	103	0,3	0,2	25,1		
				Итого обед:	770	69,50	775,30	31,72	27,63	99,29
				Итого день:	1870	10550	1363,05	59,19	69,30	187,03
							1457,05			

Зав. Женякина Елена