

Инвертугово, Директор МБОУ, Акимовская с/пос. 7.11.2023



Школа МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп День 12.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. блюдо	301	Омлет кот.	150	11	2385	16,6	19,57	3,37	
	гор. напиток	501	Каша манная с маслом	200	5	79	3,2	1,7	15,9	
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6	
		112	Сливочное масло	200	10	94	0,8	0,8	19,6	
Завтрак 2	фрукты		Сливки жирн.	600	31	524	20,4	23,47	63,47	
	Напиток									
Обед	закуска	19	Салат из овощей с укропом	100	13	64	0,9	5,1	3,6	
	1 блюдо									
	2 блюдо	412	Котлета из кур. меса	90	25	169,8	13,5	9,63	8,35	
	гарнир	414	Рис отвар.	150	6	204,60	3,69	6,07	33,81	
	соус	453	Томатный соус	50	0,50	19,68	0,32	1,11	2,84	
	хлеб бел.	108	Хлеб пшенич.	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6	
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	50	2	87	3,3	0,6	16,70	
	напиток	508	Каша из гречихи	200	5	110	0,5	0	27	
				Сливки жир.	690	33,50	774,49	26,01	22,91	116,13
				Сливки жир.	1290	84,50	1301,49	46,41	46,38	179,60

Зав. столовой: Акимовская