

Инвертрасо: Директор школы, Домашняя сестра



Т.М. Вязовкина

Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Сем-

День 17.11.23

Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	247	Каша овсяная со слив.	200	9	288,40	8,56	14,12	21,52
	гор.напиток	195	Чай с сахаром	200	5	10,25	1,65	1,43	17,49
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	2	117,5	3,8	0,9	24,6
		112	Хлеб пшенич.	150	12	0,4	0,8	0,8	19,6
Завтрак 2	фрукты		Яблоко запеченное	600	28	462	14,24	16,45	93,21
	Напиток								
Обед	закуска	15	Салат со свекл. и моркв.	100	13	64	0,9	5,1	3,6
	1 блюдо								
		2 блюдо	345	Помидоры запеченные	90	18	101,70	10,57	1,89
	гарнир	488	Картоф. пюре	90	6	13,8	3,15	0,6	16,35
		488	Соус сметанный	50	7	57,66	0,76	5,21	1,68
	хлеб бел.	108	Хлеб пшенич.	50	2	117,5	3,8	0,9	24,6
		109	Хлеб пшенич.	50	2	27	3,3	0,6	16,70
	напиток	518	Сок	200	10	32	1	0,2	0,2
				Итого супов	690	52	657,86	25,92	20,1
			Итого гарнир	1290	80	160,86	40,26	36,85	164,99

Зав. школы: Гонименко