

Утверждено: Директор МБОУ "Аспинская СОШ" *Татьяна Владимировна* *Т.М. Тюркина*



Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

*10 м*

День *20.11.2018*

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	<i>268</i>	<i>Каша пшеничная</i>	<i>200</i>	<i>9</i>	<i>229,4</i>	<i>5,33</i>	<i>1,61</i>	<i>32,4</i>
	гор.напиток	<i>493</i>	<i>Чай с сахаром</i>	<i>200</i>	<i>5</i>	<i>101,35</i>	<i>1,65</i>	<i>1,43</i>	<i>14,49</i>
	хлеб	<i>108</i>	<i>Хлеб белый</i>	<i>50</i>	<i>2</i>	<i>117,5</i>	<i>3,8</i>	<i>0,4</i>	<i>24,6</i>
		<i>112</i>	<i>Сливки</i>	<i>150</i>	<i>12</i>	<i>94</i>	<i>0,8</i>	<i>0,8</i>	<i>14,6</i>
Завтрак 2	фрукты		<i>Мини фрукты</i>	<i>600</i>	<i>21</i>	<i>342,15</i>	<i>11,38</i>	<i>11,24</i>	<i>94,09</i>
	Напиток								
Обед	закуска	<i>5</i>	<i>Салат из св.капусты с супп.чеш</i>	<i>100</i>	<i>6,50</i>	<i>124</i>	<i>2,3</i>	<i>1,1</i>	<i>3,9</i>
	1 блюдо								
	2 блюдо	<i>381</i>	<i>Биточки из фарша</i>	<i>90</i>	<i>48</i>	<i>233,4</i>	<i>16,00</i>	<i>15,75</i>	<i>12,84</i>
	гарнир	<i>291</i>	<i>Макаронный суп</i>	<i>150</i>	<i>5</i>	<i>144,9</i>	<i>5,65</i>	<i>0,68</i>	<i>29,03</i>
	соус	<i>453</i>	<i>Соус томатный</i>	<i>50</i>	<i>0,50</i>	<i>38,8</i>	<i>0,53</i>	<i>1,85</i>	<i>3,45</i>
	хлеб бел.	<i>108</i>	<i>Хлеб бел.</i>	<i>50</i>	<i>2</i>	<i>117,5</i>	<i>3,8</i>	<i>0,4</i>	<i>24,6</i>
	хлеб черн.	<i>109</i>	<i>Хлеб черн.</i>	<i>50</i>	<i>2</i>	<i>87</i>	<i>3,3</i>	<i>0,6</i>	<i>16,70</i>
	напиток	<i>578</i>	<i>Сок</i>	<i>200</i>	<i>4,50</i>	<i>92</i>	<i>1</i>	<i>0,2</i>	<i>0,2</i>
				<i>Минус суп</i>	<i>690</i>	<i>68,50</i>	<i>855,6</i>	<i>32,58</i>	<i>30,48</i>

*Итого гово: 1290 96,50 1397,75 44,36 41,72 184,81*

*Зав. столовой Т.М.*