

Инверсия 1 директор ООО, Жилищное СМН

Березовый

Т.М. Таругина

Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

10/20/20

Дет:

05.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	301	Вареный картофель	150	15	288,5	12,6	14,57	3,37
	гор.напиток	501	Корейский салат	200	5	49	3,2	2,7	15,9
	хлеб	101	Хлеб бородинский	50	2	161,5	3,8	0,4	29,6
		112	Пшеница	150	15	94	0,8	0,8	19,6
Завтрак 2			Широко лезвийная	550	37	529	20,4	23,47	63,97
	фрукты								
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	144	Суп гороховый с картоф.	200	10	86,40	1,84	3,4	12,1
	2 блюдо	412	Помидоры тушен.	90	25	169,71	13,5	9,63	2,35
	гарнир	414	Рис отваренный	150	6	204,6	3,69	6,07	33,81
	соус	453	Соус томатный	50	0,50	19,68	0,32	1,17	2,072
	хлеб бел.	101	Хлеб бородинский	50	2	161,5	3,8	0,4	29,6
	хлеб черн.	101	Хлеб черн.	50	2	87	3,3	0,6	16,70
	напиток	508	Компот из сухофруктов	200	5	110	0,5	0	27
			Шоколад	790	40,5	808,01	27,16	21,95	126,01

Итого грамм! 1340, 8450 1334,01. 4456, 45,42 129,48.

Т.М. Таругина: Т.Т.