

Т. М. Воробьева



Инвертигас: Директор ООО «Томская СММ»

Школа МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп Цена Калорийность Белки Жиры Углеводы День 13.11.23

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	260	Винегр и огурцы	200	9	206,2	5,26	11,65	25,06
	гор.напиток	493	Чай	200	2,5	60	0,1	0	15
	хлеб	101	Хлеб пшеничный	50	2	107,5	3,8	0,4	24,6
		102	Амарант	150	1,2	180,5	0,6	0,6	14,70
Завтрак 2	фрукты		Смесь фруктов	600	25,5	474,2	9,76	12,65	79,36
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	197	Суп куриный с овощами, ур	200	1,2	89	2,16	2,22	15,04
	2 блюдо	381	Винегрет и морковь	50	50	257,4	16,02	15,75	21,82
	гарнир	291	Макаронный соус	150	5	104,9	5,65	0,67	29,04
	соус	453	Соус томатный	50	0,5	32,8	0,53	1,25	3,43
	хлеб бел.	701	Хлеб пшенич.	50	2	107,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	102	Хлеб пшенич.	50	2	87	3,3	0,6	16,70
	напиток	518	Чай	200	4,50	92	1,1	0,2	6,2
			Итого обед	790	46	806	24,96	27,15	101,9

1390. 101,5 1299,8 42,22 39,8 181,26