

Инверсидас / Директор школы "Жемсетов СОШ"

Бергерман

Т.М. Бергерман

Школа МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп Цена/корп

Дата: 19.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	301	рыбный котлет	150	20	280,5	12,6	14,57	3,37	
	гор.напиток	501	картофель отварной	200	5	49	3,2	2,7	15,9	
	хлеб	101	хлеб бородинский	50	2	161,5	3,8	0,4	24,6	
		112	творог, сметана	150	20	94	0,8	0,8	19,6	
Завтрак 2			шницель картофель	500	17	500	20,4	23,17	63,77	
	фрукты									
Обед	закуска									
	1 блюдо	104	суп картофель с картоф.	200	10	86,40	1,84	3,4	12,1	
	2 блюдо	412	пюре картофель курица	90	25	169,71	13,5	9,63	2,35	
	гарнир	414	пюре картофель	150	6	204,6	3,60	6,07	3,81	
	соус	453	соус томатный	50	0,50	19,88	0,32	1,11	2,072	
	хлеб бел.	101	хлеб бородинский	50	2	161,5	3,8	0,4	24,6	
	хлеб черн.	100	хлеб черн.	50	2	87	3,3	0,6	16,70	
	напиток	508	чай с сахаром	200	5	110	0,5	0	27	
				шницель картофель	700	20,5	888,01	27,16	24,95	126,01
					1340	94,50	1334,01	44,56	45,42	189,48

Итого грамм!

Т.М. Бергерман: Т.М.