

Завтрак: Суп с говядиной, картофель, салат, фрукты, чай. День 01.01.2024

Школа МБОУ "Аспинская СОШ"

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	260	Картофель с мясом	200	9	226,2	5,26	11,65	25,06
	гор.напиток	493	Чай	200	2,50	6,25	0,1	0	15
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	2	119,5	3,8	0,4	24,6
		112	Сметана	100	70	47	0,4	0,4	9,8
Завтрак 2	фрукты		Салат фруктовый	550	23,50	150,70	9,56	12,45	29,96
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	149	Суп картофель с мясом фарш	200	15	95,40	1,76	2,36	11,76
	2 блюдо	333	Гарнир картофель	90	30	141,3	16,38	2,55	4,14
	гарнир	489	Картофельное пюре	150	6	138	3,15	6,6	16,38
	соус	472	Сметанный соус	50	7	57,66	0,76	5,31	1,68
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	50	2	119,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	50	2	87	3,3	0,6	16,70
	напиток	578	Сода	200	19,50	92	1,4	0,2	0,2
			Итого обед	790	69,5	408,16	30,15	24,01	45,94

Итого день 1340 14 1159,56 39,71 3677 149,9

Зав. столовой: ДС