

Утверждено: Директор МБОУ "Алмалыкская с/ш"

Торжественно

Л.И. Воробьева



Школа "Алмалыкская с/ш"

Отд./корп 1 с/ш

День 21.08.2019г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	262	Каша овсяная с медом	200	9	215,04	6,2	7,46	30,86
	гор.напиток	496	Каша с яблоками	200	5	144	3,6	2,3	25
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	2	141,5	3,8	0,4	24,6
		112	Сметана, Ананасы	100	10	49,5	0,6	0,6	14,70
Завтрак 2	фрукты		Хлеб с фруктами	600	38,8	577,04	14,2	11,76	95,16
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	131	Суп овощной	200	100	77,6	1,73	3,56	9,61
	2 блюдо	496	Хлеб с вареной курицей	200	36	276,09	16,76	16,65	39,70
	гарнир								
	соус								
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	50	2	141,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	100	Хлеб ржаной	50	2	87	3,3	0,6	16,80
	напиток	508	Компот из сухофруктов	200	5,00	110	0,5	0	27
				200	55,0	268,19	8,09	21,21	47,61
				1000	87,0	1315,23	40,25	34,97	212,77

Итого всего 1315,23 40,25 34,97 212,77

Л.И. Воробьева