

Антверпенская! Директор школы, Аспинская СОШ 7.11.2014



Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Аспин

День 18.04.14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	313	Завтрак с творогом	150	36	424,90	24	28,2	28,83
	гор.напиток	496	Чай с творогом	200	5	444	3,6	3,3	25
	хлеб	108	Хлеб мясной	50	2	118,5	3,8	0,4	24,6
		417	Супчик мясной	40	44	131,2	2,76	3,4	22,2
Завтрак 2	фрукты		Хлеб зерновой	440	57	818,60	34,18	38,3	95,69
	Напиток								
Обед	закуска	75	Салат картофель. с соев. суп. и жар. сыр	100	10	99	1,8	6,2	8,9
	1 блюдо								
	2 блюдо	38	Каша из овсянки	90	50	257,4	16	15,75	61,84
	гарнир	237	Каша гречневая лас.	150	6	253,05	8,55	1,84	37,08
	соус	453	Творожный соус	50	950	384,8	0,53	1,81	2,45
	хлеб бел.	108	Хлеб мясной	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	50	2	87	3,3	0,6	16,70
	напиток	512	Компот из кураги	200	6	81	0,3	0	20,1
				Мясное суфле	690	76,50	927,75	34,18	38,64

Мясное суфле: 1130 123,5 1496,44 68,44 64,94 219,36