

Утверждено: Директор школы Жанна Садыржановна Т.Ш. Бегалиева
 Дата: 13.05.24



Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Аспин

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	268	Каша рисовая на молоке	200	9,50	204,40	5,53	8,67	38,4	
	гор.напиток	495	чай с лимоном	200	5	101,25	1,65	1,43	17,40	
	хлеб	108	хлеб пшеничный	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6	
Завтрак 2			Молоко заквашенное	600	16,50	498,15	10,98	10,44	74,49	
Обед	закуска									
	1 блюдо	132	Пюре картофельное	200	12	85	4,66	4,16	10,24	
	2 блюдо	384	Блюдо курица запеченная	90	5,0	254,40	1,6	15,75	12,84	
	гарнир	291	Салат овощной с майонезом	150	5	144,4	5,65	0,68	24,03	
	соус	453	Соус томатный	50	0,50	19,68	0,32	1,11	2,18	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	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	518	чай	200	7,4	92	1	0,2	2,2	
				Молоко стерилизованное	490	88,50	403,98	31,73	22,9	93,68

Итого всего 1390. 105 1257,63 42,71 3334 170,17

Ж. Садыржановна