

Завтрак: Начислены все расходы.

И.И. Буровиково.



Школа МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп Асп

День 28.06.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	248	Каша овсяная на молоке	220	12	344,82	10,84	19,16	35,86	
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	220	3	66	0,11	0	16,5	
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6	
		112	Молоко	150	20	205	0,6	0,6	14,70	
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	640	37	565,3	14,58	15,16	91,66	
	Напиток									
Обед	закуска	19	Салат из овощей	100	22	69	0,9	5,1	3,6	
	1 блюдо	158	Суп с колбасой и картоф.	220	13	1118	4,61	4,81	48,3	
	2 блюдо	345	Каша овсяная с маслом	100	50	113	13,9	2,1	9,6	
	гарнир	428	Картофельное пюре	140	11	168,6	3,78	7,92	19,62	
	соус	442	Соус сметанный	50	1	57,66	0,76	5,21	1,88	
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	50	2	117,5	3,8	0,4	24,6	
	хлеб черн.	109	Хлеб из ржаной муки	50	2	87	3,3	0,6	16,70	
	напиток	519	Чай с сахаром	220	3	106,7	0,77	0,33	25,81	
				Молоко	220	86	222,64	2,98	24,57	119,72

Итого грам

1350

123

1387,94

49,4

39,73

211,38