

Т.М. Вологодина

С.А. Шереметьев

Директор МБОУ "Аспинская СОШ" и Жилищно-коммунального хозяйства

Школа МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп Аспинский

№ рец.

День 05.08.24



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	575	Пюре картофельное жирн.	100	38	286	2,6	8	54
	гор. напиток	574	Чай с сахаром	200	8	22	0,2	0,1	9,8
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	18	98	2,8	0,2	19,8
		576	Сдобная выпечка	40	5	102	2,1	0	26
Завтрак 2	фрукты		Яблоко зеленое	400	468	99	25,2	8,4	21,6
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	575	Борщ с капустой и картоф.	250	15	95	1,8	4,4	6,9
		574	Салат с пом. соев	100	35	136	10,1	1,8	2,9
		576	Суп куриный расст.	150	9	221	7,5	6,3	37,7
	соус								
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	40	19	93	2,8	0,2	19,8
		574	Хлеб ржаной	30	18	68	2,4	0,1	14,3
напиток	576	Компот из свежих фруктов.	200	8	46	0,1	0,1	11,0	
			Яблоко репс	480	407	65,2	26,3	8,9	89,9

Итого завтрака 1000. 11450. 1154,28 57,58 30,18 140,96