

Утверждаю: Директор МБОУ "Аспинская СОШ" *Т.М. Захаркина*

День: *29.10.24*



Школа: МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп: *Аспинский*

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	227	Молоко вареное сладкое	150	10	131,05	5,29	3,18	19,70
	гор.напиток	460	Чай с сахаром	200	6	69	1,6	1,3	11,50
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2	70,2	2,28	0,29	14,76
Завтрак 2	фрукты		Молоко вареное	300	18	265,45	9,17	5,02	45,96
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	100	Треска с овощами	250	12	109,5	2,63	5,10	19,25
	2 блюдо	321	Молоко вареное	90	70	197,10	15,4	13,50	41,50
	гарнир	377	Картофельное пюре	200	15	140	5,40	0,0	11,60
	соус								
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	40	2	93,6	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	574	Хлеб ржаной	30	2	61,8	1,4	0,45	12,03
напиток	459	Чай с сахаром	200	35	40	0,3	0,1	9,5	
			Молоко вареное	810	109,5	692	29,17	27,17	70,56

*Молоко вареное*

*1190 122,50 904,45*

*37,34 32,19 116,52*