

Директор МБОУ "Аспинская СОШ" *Т.М. Воробьева*



Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Асп.

Ден' *14.12.14*

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	<i>412</i>	<i>Каша овсяная ш. крупяная</i>	<i>180</i>	<i>10</i>	<i>169,3</i>	<i>5,27</i>	<i>5,07</i>	<i>24,88</i>
	гор.напиток	<i>405</i>	<i>Коричный напиток</i>	<i>200</i>	<i>6</i>	<i>63</i>	<i>1,40</i>	<i>1,20</i>	<i>11,40</i>
	хлеб	<i>573</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>2</i>	<i>93,60</i>	<i>3,04</i>	<i>0,32</i>	<i>15,68</i>
Завтрак 2	фрукты		<i>Яблоко зеленое</i>	<i>420</i>	<i>78</i>	<i>306,73</i>	<i>7,0</i>	<i>6,79</i>	<i>53,96</i>
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	<i>417</i>	<i>Суп картофельный</i>	<i>250</i>	<i>10</i>	<i>122,25</i>	<i>7,40</i>	<i>3,08</i>	<i>15,78</i>
	2 блюдо	<i>327</i>	<i>Картофель запеч. с овощ.</i>	<i>90</i>	<i>70</i>	<i>232,2</i>	<i>18</i>	<i>17,55</i>	<i>21,97</i>
	гарнир	<i>211</i>	<i>Каша пшенич. рас.</i>	<i>150</i>	<i>10</i>	<i>174,14</i>	<i>3,43</i>	<i>3,04</i>	<i>29,93</i>
	соус								
	хлеб бел.	<i>573</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>2</i>	<i>93,6</i>	<i>3,04</i>	<i>0,32</i>	<i>15,68</i>
	хлеб черн.	<i>574</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>2</i>	<i>84,40</i>	<i>3,20</i>	<i>0,60</i>	<i>16,04</i>
напиток	<i>424</i>	<i>Кисель</i>	<i>200</i>	<i>2,50</i>		<i>0</i>	<i>0</i>	<i>15</i>	
			<i>Аморо черн.</i>	<i>270</i>	<i>94,50</i>	<i>464,59</i>	<i>35,07</i>	<i>24,82</i>	<i>103,40</i>
			<i>Аморо черн.</i>	<i>190</i>	<i>119,50</i>	<i>1093,32</i>	<i>45,04</i>	<i>31,61</i>	<i>159,36</i>