

Утверждено: Директор школы "Колосская с/ш" *Т.М. Воробьева*

*Соболев*

Школа МБОУ "Аспинская СОШ" *Аспинская*

День: *16.10.24*

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	445	<i>Пюре картофельное с мясом</i>	100	38	286	20,6	8	31	
	гор.напиток	458	<i>Чай с сахаром</i>	200	8	38	0,20	0,10	9,80	
	хлеб	573	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	18	92	2,16	0,24	19,76	
		56	<i>с маслом</i>	40	5	199	2,16	0	26	
Завтрак 2	фрукты		<i>Яблоко запеченное</i>	100	46,8	499	25,24	8,34	81,06	
	Напиток									
Обед	закуска									
	1 блюдо	95	<i>Рис с картошкой и капустой</i>	250	15	95	1,85	4,43	6,95	
	2 блюдо	964	<i>Картофельная запеканка</i>	100	35	136,71	10,45	12,18	24,44	
	гарнир	502	<i>Салат картофельный</i>	150	9	282,16	8,5	6,36	34,7	
	соус									
	хлеб бел.	573	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	19	93,6	3,04	0,38	19,62	
	хлеб черн.	574	<i>Хлеб ржаной</i>	30	18	61,8	2,40	0,95	11,3	
	напиток	986	<i>Компот из яблок</i>	200	8	46	0,1	0,1	11,0	
				<i>Яблоко запеченное</i>	40	40,70	655,24	26,34	23,24	29,9
				<i>Яблоко запеченное</i>	100	114,50	1157,24	57,58	32,18	149,06