

Инверсия в Директор МБОУ. Демонстрация с/м



Т.М. Воронина

Школа МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп [ ]

День 18.10.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	461	Каша овсяная молоч.	150	10	707,94	5,44	2,40	23,76
	гор.напиток	462	Компот из фруктов.	150	6	57,70	1,26	1,08	12,26
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	2	177	3,20	0,9	29,60
Завтрак 2	фрукты		Яблоко/груша/лимон	370	18	327,74	10,50	4,88	50,12
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	403	Щи из моркови капуст.	250	15	59	1,30	4,43	3,15
	2 блюдо	356	Суп куриц. с овощами по рецепту.	90	48	193,00	4,95	2,11	7,60
	гарнир	577	Картофель отвар.	200	16	140	5,4	2	11,60
	соус	403	Соус сметанный	40	2	37,80	1,33	0,18	0,55
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	50	2	177	3,20	0,9	24,60
	хлеб черн.	574	Хлеб ржаной	40	2	164	2,2	0,6	16,09
	напиток	486	Компот из фруктов	200	8	46	0,1	0,1	1,70
			Итого обед	870	93	675,20	24,73	10,71	36,14

Итого завтрак: 111. 996,34 45,73 30,40 135,66.