

Школа: МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп: Сем. Директор: М.Ю.А. Акименко Сем. Т.М. Воронина

Ден: 05.11.2012



№

МБОУ "Аспинская СОШ"

Школа

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	112	Каша овсяная ш. изюмом	180	10	169,13	5,57	5,87	24,88
	гор.напиток	408	Коричный напиток	200	6	63	1,40	1,20	14,40
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	2	93,60	3,04	0,32	19,68
Завтрак 2	фрукты		Яблоко зеленое	420	18	286,73	10	6,78	53,96
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	117	Суп картофельный	250	10	123,25	7,40	2,28	15,78
	2 блюдо	317	Мясное ш. с том. соусом	90	70	232,26	18	17,55	2,97
	гарнир	211	Каша пшенич. рас.	150	10	174,14	3,43	3,04	33,93
	соус								
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	40	2	93,6	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	574	Хлеб ржаной	40	2	84,40	3,20	0,60	16,04
напиток	484	Коричный напиток	200	2,50	60	1	0	15	
			Итого обед	770	94,50	764,59	35,07	24,82	103,40

Итого завтрак: 1190. 112,50. 1093,32 45,07 31,61 159,36.