

Утверждаю: Директор школы № 4 Жетимская с/пгт



Т.М. Барыкина

Школа МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп Амурский День: 06.11.24

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	575	Пирог мясной змин.	150	38	286	20,6	8	34
	гор.напиток	578	Чай с сахаром	200	2	38	0,20	0,10	9,20
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	18	982	11,88	0,24	19,76
		86	с мажуром	40	5	1098	0,16	0	26
Завтрак 2	фрукты		Яблоко зеленое	400	468	499	25,24	8,34	21,06
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	95	Рис с капустой и морков.	250	15	95	1,25	4,43	6,95
		904	Рис с том. супом	140	35	136,71	10,15	10,18	24,44
	гарнир	802	Сливочный соус	150	9	282,16	0,5	6,26	27,7
		соус							
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	40	19	93,6	3,04	0,32	19,28
		578	Хлеб пшеничный	30	18	61,8	2,40	0,48	16,12
	напиток	986	Какао со сметаной	200	8	46	0,1	0,1	19,20
			Аппетит	480	40,70	655,24	26,34	23,24	29,9

Итого день 1000. 11450. 1157,24 57,58. 30,18 149,96.