

Утверждено: Директор МБОУ "Аспинская СОШ" Т.М. Верегуина



Ден: 08.11.24

Школа: МБОУ "Аспинская СОШ" Отд./корп: 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	227	Мини яичница с помидорами	150	10	131,65	5,29	3,48	19,70
	гор. напиток	460	Чай с сахаром	200	6	69	1,6	1,3	11,50
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	2	79,2	2,28	0,29	14,76
Завтрак 2	фрукты		Мини закуска	300	18	265,45	9,18	5,02	45,96
	Напиток								
Обед	закуска								
	1 блюдо	100	Пюре из картофеля	250	12	109,5	2,63	5,10	9,25
	2 блюдо	321	Мини тушеное мясо	90	70	197,10	15,4	13,50	11,50
	гарнир	377	Мини картофельное пюре	200	15	140	5,90	1,0	11,60
	соус								
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	40	2	93,6	3,04	0,32	14,68
	хлеб черн.	574	Хлеб ржаной	20	2	61,8	2,4	0,45	10,3
напиток	459	Чай с сахаром	200	35	40	0,3	0,1	9,5	
			Мини салат	810	109,5	69,2	29,17	27,17	70,56

Мини салат

1190 122,50 907,45 38,34 32,19 116,52