

Инвертизация, директор школы, Семинская СОШ, Борисов Т.М. Введенская

Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Аспин

День

24.11.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Сыр жаренный с помид. и лу.	200	14,50	1602	5,76	6,48	22,70
	гор.напиток	462	Чай с сахаром	200	6	94	3,30	2,90	13,80
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	1,8	792	2,28	0,29	14,76
Завтрак 2	фрукты		Яблоко грунтовое	430	22,80	224,4	11,34	9,62	48,26
	Напиток								
Обед	закуска	128	Суп-лапша гречневая	250	15	2925	25,50	3,85	41,13
	1 блюдо								
	2 блюдо	322	Мясное по-домашнему	160	6,3	245,6	15,02	11,44	20,64
	гарнир								
	соус								
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	40	2	93,60	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	574	Хлеб пшеничный	40	2	82,40	3,20	0,60	16,04
напиток	521	Сок	200	17	86	1	0,2	22,2	
			Итого всего	690	99	59625	2178	16,41	24629

1120. 12130. 921,25. 3612 2603 56595 13595