

Директор МБОУ "Аспинская СОШ" А.И. Сидорова

7.11.2014

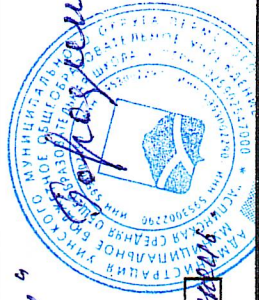
Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Аспинская

День 07.11.2014



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	389	затюшеная картошка	150	40	289	23,85	11,55	28,5	
	гор.напиток	388	гор.суп	60	5	130,8	2,88	3,4	28,2	
	хлеб	383	хлеб	30	8,8	80,2	2,88	1,24	14,86	
		389	чай с сахаром	200	3,50	36	0,27	0,09	2,55	
Завтрак 2	фрукты		яблоко запеченое	100	5,43	88	2,92	15,22	6,01	
	Напиток									
Обед	закуска	387	салат	100	13,50	88	1,6	6,2	6,6	
	1 блюдо									
	2 блюдо	382	картошка запеченая	40	3,8	280,87	8	16,2	14,84	
	гарнир	387	картошка	150	15	140	5,40	8	22,60	
	соус	403	соус сметанный	40	1	37,80	1,33	2,48	2,55	
	хлеб бел.	383	хлеб бел.	40	8	93,60	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	384	хлеб черн.	20	1,0	41,20	1,00	0,30	8,02	
	напиток	387	чай	200	4	86	1	0,2	2,2	
				яблоко	60	5,43	76,97	2,97	15,70	2,94
				яблоко	100	13,50	126,97	6,19	18,98	14,50