

Свердловская дирекция СВТС «Женщины России»

Т.М. Виноградова

День: 26.11.24



Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Сем.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	459	Каша с яблоками	150	10	157,32	4,98	2,37	26,98
	гор.напиток	459	чай с лимоном	800	3,5	40	0,3	0,10	9,570
	хлеб	473	хлеб пшеничный	40	2	93,60	3,04	0,32	19,68
Завтрак 2			масло сливочное	390	15,50	290,92	8,18	2,79	56,16
	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	47	Суп куриный с овощами	100	10	94,00	1,15	6,00	8,90
	2 блюдо	308	Пюре картофельное	100	27	26,86	15,43	1,89	12
	гарнир	487	картофель жарен.	150	10	203,08	3,58	4,69	36,65
	соус	481	сметана	30	1	21	0,39	1,89	0,6
	хлеб бел.	573	хлеб пшеничный	40	2	93,6	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	574	хлеб пшеничный	20	1,5	41,8	1,6	0,3	7,92
	напиток	477	компот из яблок сливы	200	2	60	0,3	0,2	14,20
			сметана сливочная	840	39,8	639,14	26,74	15,29	90,58
			Итого день.	1030	4530	330,66	33,04	19,08	155,74