

Утверждено! Директор МБОУ "Аспинская СОШ" Амененев С.В. "Борозды" Т.М. Бурдимова



Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

Кам.

День 29.08.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	465.	Каша овсяная с маслом	150.	10	145,57	4,42	4,02	22,92	
	гор.напиток	468	Чай с сахаром	180.	7	57,60	1,44	1,18	10,35	
	хлеб	573.	Хлеб пшеничный	30	78	202	2,22	2,29	14,76	
Завтрак 2	фрукты		Яблоко запеченное	300.	16,8	283,37	8,19	5,43	48,13	
	Напиток									
Обед	закуска	185	Суп куриный с фрикадельками	200.	30	152,40	10,79	11,49	9	
	1 блюдо									
	2 блюдо	366.	Мясная отбивная	100.	33	1482	14,42	13,22	233	
	гарнир	378.	Пюре картош.	100.	8	74	2,10	4,10	230	
	соус	380.	Кетчуп томатный	100.	8	89,7	2,1	4,42	2,88	
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	50.	2	117	3,3	2,4	24,6	
	хлеб черн.	574	Хлеб из ржаной муки	20	2	103	4	2,8	22,5	
	напиток	406.	Сливочное молоко	200	6	78	4,27	4,27	18,20	
				Молоко стер.	160	92	661,92	41,43	34,53	29,91
				Молоко стер.	1220	108,80	935,28	49,87	96,02	134,94