

Инвертизация (Президент м.г.р. Хмельская с.м.г.)

Т.М. Водкина



День 24.02.24

Отд./корп

Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	465	Каша овсяная мед	100	10	199,47	9,48	4,02	28,22	
	гор.напиток	466	Чай с лимоном	100	5	58,80	1,19	1,17	10,35	
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	1,8	99,2	9,22	9,24	14,76	
Завтрак 2	фрукты		Каша гречневая	300	16,8	293,37	9,19	5,13	91,13	
	Напиток									
Обед	закуска	467	Салат овощ. с помид.	100	13	100	9,70	6,3	8,20	
	1 блюдо									
	2 блюдо	366	Пюре овс. с помид.	100	3,5	184,2	18,82	13,2	9,33	
	гарнир	367	Пюре картофель.	100	2	24	2,10	2	2,50	
	соус	368	Крем-суп помид.	100	2	89,7	9,6	4,42	9,82	
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	50	2	197	3,8	4,4	24,6	
	хлеб черн.	574	Хлеб ржаной	50	2	103	1,4	1,75	20,5	
	напиток	466	Пюре картофель.	200	6	28	9,7	9,27	10,30	
				Каша овсяная	100	7,6	579,22	27,10	20,29	80,11
				Мясное гуш.	100	9,80	250,83	11,63	31,77	13,62