

Возрастная категория:

12-18

лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1

Отд./корп

День 18.05.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец.                  | Блюдо                   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-------------------------|-------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |                         |                         |          |       |              |       |      |          |
|            | гор.напиток | 376                     | Чай с сахаром           | 200      | 1,74  | 94           | 1     | 0    | 23       |
|            | хлеб        |                         |                         |          |       |              |       |      |          |
|            |             | Пр-во                   | конд.изделие            | 35       | 13,50 | 242          | 8     | 11   | 21       |
| Завтрак 2  | фрукты      | 338                     | Фрукт                   | 190      | 14,76 | 88           | 1     | 1    | 20       |
| Обед       | закуска     |                         |                         |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 110                     | Суп из овощей с фасолью | 250      | 7,94  | 96           | 3     | 4    | 23       |
|            | 2 блюдо     | 143                     | Котлета рыбная          | 100      | 28,17 | 141          | 9     | 6    | 11       |
|            | гарнир      | 694                     | Пюре картоф             | 200      | 12,44 | 123          | 3     | 5    | 17       |
|            | сладкое     |                         |                         |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |                         |                         |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 480                     | Хлеб "Сила"             | 40       | 2,13  | 71           | 3     | 1    | 15       |
| напиток    | 631         | компот из свежих плодов | 200                     | 4,94     | 103   | 1            | 0     | 0    |          |

Повар Гороховцева Н.Б.