

Возрастная категория:

12 - 18

лет

Утверждаю
И.о.директора ОУ
Т.Н.Клещевникова

Школа

МБОУ Обоянская СОШ № 1

Отд./корп

День

13.12.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 210 | Омлет натуральный | 53 | 20,23 | 67 | 4 | 6 | 1 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,88 | 61 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | 480 | Батон | 20 | 1,89 | 85 | 3 | 0 | 19 |
| | хол.блюдо | 14 | Масло слив. | 12 | 6,00 | 113 | 0 | 12 | 0 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 50 | Икра кабачковая | 90 | 7,06 | 122 | 2 | 9 | 9 |
| | | | Рассольник Ленинградский со смет и мясом | | | | | | |
| | 1 блюдо | 129 | птицы | 278 | 17,77 | 125 | 3 | 4 | 16 |
| | 2 блюдо | 394 | Жаркое по-домашнему | 220 | 33,34 | 385 | 19 | 19 | 32 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 407 | Сок | 200 | 7,70 | 94 | 1 | 0 | 23 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 481 | Хлеб "Сила" | 40 | 2,13 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| Десерт | По-во | Булочка | 100 | 22,00 | 394 | 8 | 13 | 69 | |

Повар Гороховцева Н.Б.

