

Возрастная категория 12-18 лет

Утверждаю
Директор ОУ
Т.А. Пашкова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп День 18.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток	382	Какао с молоком						
	хлеб	По-во	Конд.изделие	200	11,34	154	4	4	26
	фрукт	338	Фрукт	20	3,56	30	4	1	1
				200	15,10	88	1	1	20
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Икра кабачковая	100	7,84	122	2	9	9
	1 блюдо	82	Борщ с капустой, мясом и сметаной	285	18,54	100	5	5	11
	2 блюдо	265	Плов	250	32,75	275	17	9	30
	гарнир	376	Чай с сахаром и лимоном	215	4,65	63	0	0	15
	сладкое	42	Сыр твердый	22	13,09	93	6	8	0
	хлеб бел.	По-во	Булочка	50	11,00	51	2	0	9
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15

Повар Гороховцева Н.Б.