

Возрастная категория  
12-14 лет лет

Утверждаю  
 Директор ОУ  
 И.Н.Абрамова

Школа МБОУ Обоянская СОШ №1 Отд./корп пл День 22.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	1,88	63	0	0	15
	хлеб	Пр-во	Печенье	22	3,92				
	кисло-молоч.	Пр-во	Йогурт	95	24,20	90	1	2	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	67	Винегрет овощной	100	4,94	95	1	6	8
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский со смет	264	10,25	101	10	8	9
	2 блюдо	401	Гуляш	125	25,93	135	5	8	30
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,45	253	3	1	15
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	3,30	103	1	0	25
	хлеб бел.	Пр-во	Кекс	100	23,00	394	8	13	69
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15

Повар Гороховцева Н.Б.

