

Возрастная категория:

12-18

лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа

МБОУ Обоянская СОШ № 1

Отд./корп

День

30.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,88	61	0	0	15
	хлеб	Пр-во	Конд.изделие	22	3,92	96	2	3	16
	десерт	Пр-во	Йогурт	100	24,20	52	4	1	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	49	Салат витаминный	100	10,01	71	1	4	7
	1 блюдо	110	Суп из овощей с фасолью и смет	265	8,83	96	3	4	23
	2 блюдо	143	Котлета рыбная	100	21,73	141	9	6	11
	гарнир	694	Пюре картоф	200	9,72	183	4	6	27
	сладкое	349	Компот сухофрукты	200	3,45	103	1	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	480	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15
	Фрукт	338	Фрукт	320	24,13	88	1	1	20

Повар Гороховцева Н.Б.

