

Возрастная категория:

12-18

лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп День 22.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	Каша Дружба	205	17,64	186	5	5	32
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,92	61	0	0	15
	хлеб	480	Батон	20	1,89	43	2	0	9
	хол.блюда	15	Сыр твердый	15	8,55	56	3	5	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54	Икра свекольная	100	6,36	114	2	6	12
	1 блюдо	102	Суп картоф. с горохом и мясом	270	10,04	202	6	5	19
	2 блюдо	293	Птица запеченая	100	33,70	276	22	18	6
	гарнир	309	Макароны отварные	200	4,49	337	9	9	58
	сладкое	349	компот из смеси сухофруктов	200	3,44	103	1	0	0
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15
	фрукт	338	Яблоко	200	19,84	176,00	2	2	39

Повар Гороховцева Н.Б.