

Возрастная категория:

7-11

лет

Утверждаю

Директор ОУ

И.Н.Абрамова

Школа

МБОУ Обоянская СОШ № 1

Отд./корп

День

11.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	53	12,91	67	4	6	1
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,87	61	0	0	15
	хлеб	480	Батон	30	2,82	85	3	0	19
	хол.блюдо	14	Масло слив.	15	6,50	113	0	12	0
	хол.блюдо	15	Сыр твердый	10	5,90	37	2	3	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Икра кабачковая	100	7,84	122	2	9	9
	1 блюдо	129	Рассольник Ленинградский	250	4,47	125	3	4	16
	2 блюдо	394	Жаркое по-домашнему	220	33,86	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	Пр-во	Булочка	70	24,00	394	8	13	69

Повар Гороховцева Н.Б.

