

Возрастная категория:

7-11 лет

Утверждаю

Директор ОУ

Т.А. Пашкова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп День 18.01.24

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 401 | Кефир | 200 | 21,10 | 337 | 3 | 3 | 11 |
| | хлеб | Пр-во | Печенье | 50 | 8,90 | 227 | 5 | 3 | 38 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 49 | Салат витаминный | 100 | 10,47 | 71 | 1 | 4 | 7 |
| | 1 блюдо | 110 | Суп из овощей с фасолью | 250 | 4,40 | 96 | 3 | 4 | 23 |
| | 2 блюдо | 143 | Котлета рыбная | 100 | 30,49 | 141 | 9 | 6 | 11 |
| | гарнир | 694 | Пюре картоф | 200 | 8,08 | 183 | 4 | 6 | 27 |
| | сладкое | 349 | Компот сухофрукты | 200 | 4,78 | 103 | 1 | 0 | 25 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 480 | Хлеб "Сила" | 40 | 2,13 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| | десерт | Пр-во | Конд.изделие | 50 | 19,65 | 218 | 4 | 6 | 37 |

Повар Гороховцева Н.Б.

