

Возрастная категория
7-11 лет

Утверждаю
 Директор ОУ
 Т.А. Пашкова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № Отд./корп День 25.01.2024

Прием пищи	Раздел	Количество	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	Каша манная	205	18,51	186	5	5	32
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,88	61	0	0	15
	хлеб	480	Хлеб пшен	20	1,89	47	2	0	10
	хол.блюда	14	Масло сливочное	10	7,72	36	2	3	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Салат из белокач.капусты	100	4,12	49	1	3	3
	1 блюдо	103	Суп картоф. с макаронами и мясом пт	254	4,85	108	3	2	19
	2 блюдо	143	Котлета рыбная	100	33,91	141	9	6	11
	гарнир	694	Пюре картофельное	200	11,95	103	3	5	18
	сладкое	10011	кисель	200	4,04	103	1	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	2,13	71	3	1	15
	хол.закус	209	Яйцо вареное	40	19,00	63	5	5	0

Повар Гороховцева Н.Б.

