

Возрастная категория:

7-11

лет

Утверждаю

Директор ОУ

Т.А. Пашкова

Школа МБОУ Обоянская СОШ № 1 Отд./корп День 28.12.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,89 | 61 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | По-во | Булочка молочная | 35 | 13,50 | 394 | 8 | 13 | 69 |
| | фрукт | 338 | Фрукт | 200 | 14,61 | 88 | 1 | 1 | 20 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 49 | Салат витаминный | 100 | 10,01 | 71 | 1 | 4 | 7 |
| | 1 блюдо | 110 | Суп из овощей с фасолью | 250 | 3,93 | 96 | 3 | 4 | 23 |
| | 2 блюдо | 143 | Котлета рыбная | 100 | 26,98 | 141 | 9 | 6 | 11 |
| | гарнир | 694 | Пюре картоф | 200 | 9,75 | 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 | 225 | 33,75 | 88 | 1 | 1 | 20 |

Повар Гороховцева Н.Б.

Гороховцева Н.Б.