



Согласовано:

Директор

Школа МБОУ "Лицей - интернат №1"

Отд./корп

День 22.10.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	1	Бутерброд с маслом	.5/20	4-81	95	1.62	4.92	10.84
	каша	182	Каша жидкая молочная рисовая	.150/5	8-86	158	3.91	5.11	24.12
	напитки	692	Кофейный напиток с молоком	.180	6-25	119	2.35	1.8	23.59
	фрукты		Яблоко свежее	.100	9-43	49	0.44	0	10.78
Второй завтрак	Кондитерк	1	Пряник "Зебряк"	.050	11-41	98	1.4	1	4.74
	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
Обед	Салаты	23	Салат из св.помидоров с маслом растит.	.040/5	7-80	55	0.44	5.07	1.52
	1 блюдо	135	Суп из овощей с цыпленком и сметаной	.200/10/5	11-84	111	4.66	6.25	9.19
	2 блюдо	256	Мясо тушеное	.50/50	38-07	205	17.62	9.69	12.04
	2 гарнир	516	Макаронные изделия отварные	.110	3-95	169	4.51	3.99	28.79
	напитки	324	Напиток фруктовый	.180	4-58	92	0.7	0.03	22.39
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
Полдник	Кондитерк		Десерт "Чокопай"	.028/1шт	11-30	122	1.15	4.76	18.2
	напитки		Сок фруктовый "Карамыш"	.200	12-70	110	1	0	25.4
Ужин	Салаты	20	Салат из помидоров и огурцов с маслом	.030/5	5-80	52	0.36	5.05	1.14
	2 блюдо	494	Цыпленок запеченный	.050	29-02	176	12.17	12.06	11.56
	2 гарнир	225	Картофель отварной	.115	7-35	124	2.42	3.95	19.6
	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
	фрукты		Виноград	.140	27-45	97	0.9	0	22.5