

Согласовано:

Директор



Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

Дата 23.11.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	340	Омлет натуральный	.120	23-03	372	19.59	21.25	25.69
	.закуска	1	Масло сливочное	.010	5-58	75	0.05	8.25	0.08
	напитки	693	Какао с молоком	.200	10-77	134	4.28	3.8	20.07
	прочие		Хлеб пшеничный	.040	4-04	95	3.04	0.32	19.44
Второй завтрак	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
	.закуска	3	Бутерброд с сыром	.25/20	17-58	138	7.27	7.41	9.72
Обед	.Салаты	20	Салат из св.огурцов с маслом растит.	.050/5	9-57	50	0.35	5.04	0.95
	1 блюдо	84	Борщ с фасолью, мясом и сметаной	.250/5/5	12-96	148	4.02	6.96	17.69
	2 блюдо	424	Поджарка из цыпленка	.060/10	38-62	177	18.25	7.86	1.31
	2 гарнир	312	Картофельное пюре	.170	13-81	173	3.69	6.31	25.08
	напитки	633	Компот из свежих фруктов	.200	8-12	102	0.79	0.11	24.49
	прочие		Хлеб ржаной	.065	3-51	130	4.29	0.71	26.65
	прочие		Хлеб пшеничный	.040	4-04	95	3.04	0.32	19.44
Полдник	напитки	698	Кефир с сахаром	.200/10	15-82	158	5.88	6.4	18.18
	Кондитерск		Печенье "Топленое молоко"	.055	7-74	244	4.34	9.02	36.3
Ужин	.Салаты	43	Салат из овощей	.050	5-90	44	0.85	3.36	2.57
	2 блюдо	461	Тефтели с соусом	.080/30	26-71	249	5.96	13.44	25.72
	2 гарнир	511	Рис отварной	.150	7-15	214	3.66	6.05	35.21
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/5	2-74	44	0.52	0.05	10.2
	фрукты	1366	Мандарин	.120	17-40	46	0.96	0.24	9
	прочие		Хлеб ржаной	.065	3-51	130	4.29	0.71	26.65
	прочие		Хлеб пшеничный	.040	4-04	95	3.04	0.32	19.44