Согласовано:

Директор _____ И.А.Пасынков

Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

День 07.12.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным	.120/5	25-83	409	19.61	25.37	25.73
			Сырок плавленый "Виола"	.16.5/1шт	15-12	40	0.9	27	5
	напитки	693	Какао с молоком	.200	10-77	134	4.28	3.8	20.07
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
Второй завтрак	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
	Кондитерк		Пирожное бисквитное "Тими"	.030/1шт	13-20	111	1.2	3.6	18.9
Обед	.салаты	20	Салат из св.огурцов с маслом растит.	.050/5	10-31	50	0.35	5.04	0.95
	1 блюдо	82	Борщ с мясом и сметаной	.250/10/5	14-96	127	4.88	6.45	12.45
	2 блюдо	290	Филе цыпленка в сметанном соусе	.60/30	37-84	153	18.32	4.88	1.82
	2 гарнир	312	Картофельное пюре	.150	12-31	151	3.26	5.57	22.13
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	5-40	90	0.72	0.03	22.11
	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
	Кондитерк		Пряник	.050	10-69	98	1.4	1	4.75
Ужин	.салаты	43	Салат из овощей	.050	7-02	37	0.58	3.07	1.66
	2 блюдо	461	Тефтели с соусом	.070/30	23-68	221	5.28	12.06	22.72
	2 гарнир	511	Рис отварной	.150	7-15	214	3.66	6.05	35.21
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/7	3-17	44	0.54	0.06	10.26
	фрукты		Яблоко свежее	.130	12-25	58	0.52	0	12.74
	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