



Согласовано:

Директор

Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

День 10.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
.Завтрак	каша	182	Каша жидкая молочная геркулесовая	.150/10	11-86	240	6.01	12.51	25.23
	напитки	692	Кофейный напиток с молоком	.185	6-38	107	2.11	1.62	21.22
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
	фрукты		Банан	.220	22-33	211	3.3	1.1	46.2
.Второй завтрак	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
	.закуска	6	Бутерброд с карбонатом	.20/20	12-37	88	3.52	7.16	9.72
.Обед	.закуска	25	Помидоры свежие	.030	3-33	7	0.33	0.06	1.14
	1 блюдо	135	Суп из овощей с мясом и сметаной	.200/10/10	13-67	111	4.66	6.25	9.19
	2 блюдо	443	Плов	.050/150	39-92	463	24.02	14.68	59.09
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	4-20	91	0.66	0	22.41
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
.Полдник	напитки		Сок фруктовый "Карамыш"	.200	12-70	110	1	0	25.4
	Кондитерк		Десерт "Чокопай"	.028/1шт	11-30	122	1.15	4.76	18.2
.Ужин	.Салаты	20	Салат из помидоров и огурцов с маслом	.040/3	4-71	52	0.36	5.05	1.14
	2 блюдо	494	Цыпленок запеченный	.060	25-56	212	14.6	14.47	13.87
	2 гарнир	312	Картофельное пюре	.150	10-05	151	3.26	5.57	22.13
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/5	2-74	44	0.52	0.05	10.2
	фрукты	628	Груши	.110	19-14	52	0.44	0.33	11.33
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72