



Согласовано:

Директор

Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

День 22.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	209	Яйцо вареное	1 шт	9-35	63	11.2	14	18.8
	1 блюдо	120	Лапша молочная	.200	7-55	120	4.38	3.79	14.36
	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		Сок фруктовый "Карамыш"	.200	12-70	110	1	0	25.4
	Кондитерск		Печенье Задумка	.026/1шт	8-46	55	1.75	0.18	11.18
Обед	Салаты	45	Салат из белокочанной капусты	.040	2-08	36	0.68	2.03	3.76
	1 блюдо	138	Суп картофельный с горохом с мясом	.200/10	10-81	137	7.6	4.99	15.43
	2 блюдо	290	Филе цыпленка в сметанном соусе	.050/40	31-70	157	15.64	6.86	2.38
	2 гарнир	302	Каша гречневая	.130	8-85	219	7.58	5.73	34.3
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	5-08	92	0.66	0.03	22.46
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
Полдник	напитки		Йогурт фруктовый	.200	18-82	294	12.3	9.31	40.99
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
	фрукты		Яблоко свежее	.170	16-02	76	0.68	0	16.66
Ужин	Салаты	23	Салат из св.помидоров с маслом растит.	.040/5	6-61	55	0.44	5.07	1.52
	2 блюдо	451	Котлета комбинированная	.070	29-98	213	13.58	8.98	18.33
	2 гарнир	516	Макаронные изделия отварные	.150	5-38	211	5.64	4.99	35.99
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/5	2-74	44	0.52	0.05	10.2
			Сырок плавленый "Виола"	.16.5/1шт	13=	40	0.9	27	5
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72