



Согласовано:

Директор

Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

День 13.10.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
.Завтрак			Сырок плавленый "Виола"	.16.5/1шт	13=	40	0.9	27	5
	2 блюдо	340	Омлет натуральный	.105	20-15	474	29.18	29.55	23.1
	напитки	692	Кофейный напиток с молоком	.180	5-94	107	2.11	1.62	21.22
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
.Второй завтрак	выпечка		Штолик с повидлом	.070	8-10	40	1.68	1.2	5.7
	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
.Обед	.Салаты	62	Салат из моркови с сахаром	.035	1-96	16	0.41	0.03	3.49
	1 блюдо	111	Суп вермишелевый с цыпленком	.200/10	7-59	113	4.51	4.52	12.45
	2 блюдо	423	Бефстроганов	.045/45	48-58	261	14.88	19.66	6.08
	2 гарнир	511	Рис отварной	.120	5-72	171	2.93	4.83	28.17
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	4-20	91	0.66	0	22.41
	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
	Кондитерк		Пряник	.050	9-72	98	1.4	1	4.75
.Ужин	прочие		Кисломолочный напиток "Снежок"	.200	19-81	118	5.6	6.4	8.2
	.Салаты	42	Салат из свежей капусты с перцем	.040	3-39	51	1.26	2.84	5.02
	2(рыбное)	140	Рыба запеченная +	.050	23-82	77	1.97	4.22	7.71
	2 гарнир	225	Картофель отварной	.130	8-68	141	2.7	3.79	21.91
	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
	фрукты		Виноград	.100	19-60	72	0.6	0.6	15.4