



Согласовано:

Директор

Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

День 19.10.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
.Завтрак	2 блюдо	340	Омлет натуральный	.110	21-38	387	21.39	22.08	27.87
	выпечка		Крученик	.70	5-20	28	1.18	0.84	3.99
	напитки	693	Какао с молоком	.200	10-77	134	4.28	3.8	20.07
.Второй завтрак	.закуска	7	Бутерброд с рулетом "Суздальским"	.020/20	10-55	98	4.02	8.91	9.72
	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
.Обед	.закуска	24	Помидоры свежие с м/р	.040/5	7-80	10	0.44	0.08	1.52
	1 блюдо	82	Борщ с мясом и сметаной	.200/5/10	9-73	118	3.24	7.34	10.18
	2 блюдо	449	Бифштекс рубленый	.053	28-92	262	16.9	16.52	12.15
	2 гарнир	225	Картофель отварной	.160	10-25	145	2.82	4.6	22.86
	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		Йогурт фруктовый	.200	18-82	294	12.3	9.31	40.99
	Кондитерск		Печенье сахарное	.048/2шт	8-53	102	23.8	17	80.75
.Ужин	.закуска	25	Огурцы свежие	.040	6-51	4	0.28	0.04	0.76
	2 блюдо	494	Ножка аппетитная	.085	36-34	287	22.89	21.99	0.11
	2 гарнир	511	Рис отварной	.165	7-86	229	3.91	6.45	37.56
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/7	3-17	44	0.54	0.06	10.26
	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
	фрукты	351	Яблоко	.130	12-25	58	0.52	0	12.74