



Согласовано:

Директор

Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

День 16.11.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	340	Омлет натуральный	105	20,15	474	29.18	29.55	23.1
	напитки	693	Какао с молоком	180	9,69	134	4.28	3.8	20.07
	прочие	299	Хлеб пшеничный	20	2,02	48	1.52	0.16	9.72
	Кондитерск		Пирожное бисквитное "Тими"	30	13,2	111	1.2	3.6	18.9
Второй завтрак	.закуска	3	Бутерброд с сыром	35	11,36	138	7.27	7.41	9.72
	напитки	685	Чай с сахаром	200	1,66	42	0.48	0.05	10.05
Обед	Салаты	23	Салат из св.помидоров с маслом растит.	45	8,18	55	0.44	5.07	1.52
	1 блюдо	139	Суп картофельный с фасолью с мясом	210	16,38	150	6.86	5.06	18.66
	2 блюдо	494	Ножка аппетитная	85	36,34	306	24.31	23.36	0.12
	2 гарнир	511	Рис отварной	130	6,07	214	3.66	6.05	35.21
	напитки	701	Напиток из апельсинов	200	6,28	92	0.7	0.03	22.39
	прочие		Хлеб ржаной	32.5	1,75	65	2.14	0.36	13.32
	прочие	299	Хлеб пшеничный	20	2,02	48	1.52	0.16	9.72
Полдник	выпечка	304	Булочка домашняя	80	4,7	297	5.51	10.47	44.73
	напитки		Йогурт фруктовый	200	18,82	294	12.3	9.31	40.99
Ужин	Салаты	71	Винегрет овощной	40	3,49	52	0.56	4	3.12
	2 блюдо	451	Котлета мясная	60	27,27	182	12.21	7.19	16.93
	2 гарнир	516	Макаронные изделия отварные	130	4,67	211	5.64	4.99	35.99
	напитки	686	Чай с лимоном	205	2,35	44	0.52	0.05	10.2
	прочие		Хлеб ржаной	32.5	1,75	65	2.14	0.36	13.32
	прочие	299	Хлеб пшеничный	20	2,02	48	1.52	0.16	9.72
	фрукты		Яблоко свежее	120	11,31	76	0.68	0	16.66