

Согласовано:

Директор



Школа МБОУ "Лицей-интернат №1"

Отд./корп

День 07.12.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным	.105/5	22-94	236	12.72	29.9	1.8
			Сырок плавленый "Виола"	.16.5/1шт	15-12	40	0.9	27	5
	напитки	693	Какао с молоком	.180	9-69	121	3.85	3.42	18.06
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
Второй завтрак	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
	Кондитерк		Пирожное бисквитное "Тими"	.030/1шт	13-20	111	1.2	3.6	18.9
Обед	.салаты	20	Салат из св.огурцов с маслом растит.	.035/5	7-43	49	0.28	5.03	0.76
	1 блюдо	82	Борщ с мясом и сметаной	.200/5/5	9-84	97	3.06	5.16	10.01
	2 блюдо	290	Филе цыпленка в сметанном соусе	.50/30	31-77	133	15.34	4.52	1.82
	2 гарнир	312	Картофельное пюре	.130	10-69	132	2.83	4.82	19.18
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	5-40	90	0.72	0.03	22.11
	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	698	Кефир с сахаром	.200/10	15-82	158	5.88	6.4	18.18
	Кондитерк		Пряник	.050	10-69	98	1.4	1	4.75
Ужин	.салаты	43	Салат из овощей	.040	5-70	30	0.46	2.45	1.33
	2 блюдо	461	Тефтели с соусом	.060/30	20-64	209	10.9	11.27	16.1
	2 гарнир	511	Рис отварной	.135	6-34	186	3.18	5.25	30.52
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/5	2-74	44	0.52	0.05	10.2
	фрукты		Яблоко свежее	.130	12-25	58	0.52	0	12.74
	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