

Согласовано:

Директор



Школа **МБОУ "Лицей - интернат №1"**

Отд./корп

День 01.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
.Завтрак	2 блюдо	340	Омлет натуральный	.150	28-80	474	27.03	27.47	32.32
	.закуска	1	Бутерброд с маслом	.010/20	7-60	102	1.77	5.62	11.17
	напитки	693	Какао с молоком	.200	10-77	134	4.28	3.8	20.07
.Второй завтрак	напитки		Сок фруктовый "Малышам"	.200	20-35	92	0	0	23
	фрукты	628	Нектарин	.130	22-62	87	3.64	0	12.35
.Обед	.Салаты	23	Салат из св.помидоров с маслом растит.	.060/5	6-46	59	0.66	5.11	2.28
	1 блюдо	139	Суп картоф. с бобовыми и мясом	.250/10	15-68	115	4.93	5.76	11.16
	2 блюдо	294	Биточки из цыпленка	.080	27-53	258	18.98	6.99	26.47
	2 гарнир	516	Макаронные изделия отварные	.180	6-46	254	6.76	6	43.2
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	4-20	91	0.66	0	22.41
	прочие		Хлеб ржаной	.065	3-51	130	4.29	0.71	26.65
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.040	4-04	116	3.2	1.6	21.6
.Полдник	фрукты		Яблоко свежее	.130	12-25	58	0.52	0	12.74
.Ужин	.закуска	25	Огурцы свежие	.060	4-88	7	0.42	0.06	1.14
	2 блюдо	437	Гуляш	.70/50	49-07	247	24.07	10.19	14.93
	2 гарнир	225	Картофель отварной	.170	10-87	186	3.63	5.92	29.39
	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-66	42	0.48	0.05	10.05
	прочие		Хлеб ржаной	.065	3-51	130	4.29	0.71	26.65
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.040	4-04	116	3.2	1.6	21.6