



Согласовано:

Директор

И.А. Пасынков

Школа **МБОУ "Лицей - интернат №1"**

Отд./корп

День 30.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша	767	Каша молочная "Дружба" с маслом	.200/10	14-13	332	7.18	12.13	48.42
	напитки	693	Какао с молоком	.200	10-77	134	4.28	3.8	20.07
	закуска	3	Бутерброд с сыром	.20/20	14-47	120	6.12	5.96	9.72
Второй завтрак	напитки		Сок фруктовый "Карамыш"	.200	12-70	110	1	0	25.4
	Кондитерк		Вафли	.040/2шт	7-08	212	3	12	23.2
Обед	Салаты	23	Салат из св.помидоров с маслом растит.	.040/5	7-80	55	0.44	5.07	1.52
	1 блюдо	82	Борщ с мясом и сметаной	.250/10/10	14-02	135	5.01	7.2	12.62
	2 блюдо	449	Бифштекс рубленый	.060	45-81	296	19.13	18.74	13.77
	2 гарнир	511	Рис отварной	.155	7-40	214	3.66	6.05	35.21
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	5-93	92	0.7	0.03	22.39
	прочие		Хлеб ржаной	.065	3-51	130	4.29	0.71	26.65
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
Полдник	прочие		Кисломолочный напиток "Снежок"	.200	19-81	118	5.6	6.4	8.2
	Кондитерк		Печенье "Топленое молоко"	.033/3шт	5-86	142	2.31	4.92	22.11
Ужин	закуска	25	Огурцы свежие	.040	4-73	4	0.28	0.04	0.76
	2 блюдо	424	Поджарка из цыпленка	.055/10	35-02	177	18.25	7.86	1.31
	2 гарнир	312	Картофельное пюре	.160	10-70	162	3.48	5.94	23.6
	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	.065	3-51	130	4.29	0.71	26.65
	прочие		Хлеб пшеничный	.040	4-04	95	3.04	0.32	19.44