УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ "ШИ №1" Захохова Б.Ж.

Школа ГБОУ "ШИ №1" Отд./корп День 17.01.2022

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
Завтрак 2		1009	кофейный напиток	200	9,50	184,00	4,76	7,38	26,85
		42	Яблоки	200	6,40	75,00	4,74	6,08	0,00
			хлеб	50	1,88	192,24	6,84	0,81	42,03
		14	масло сливочное	15	5,30	109,96	0,12	11,73	0,09
Обед	первое бл	102	Суп карт с фасолью со сметаной	300/10	9,69	265,65	17,35	2,91	33,20
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	160	46,93	214,13	15,70	14,89	4,27
	гарнир	171	Пшено отварное	100	3,00	232,87	7,02	15,80	40,19
	хлеб бел.		хлеб	110	11,66	320,04	11,40	1,35	70,05
	напиток		сок фруктовый	200	9,00	130,20	1,04	0,10	33,14
			помидоры свежие	75	3,75	19,00	0,95	0,15	3,15
полдник			хлеб	50	1,80	192,00	3,00	1,00	42,92
		1032	кефир 2.5	150	6,75	130,20	1,04	0,10	33,14
		338	печенье	20	2,08	50,75	2,10	3,00	17,00
ужин	2 блюдо	572	сосиски говяжьи	50	13,50	467,70	20,08	20,23	54,38
	гарнир	312	Гречка отварная	150	9,50	201,58	4,32	7,20	29,23
	салат	74	Салат овощной	100	4,49	238,93	9,14	7,90	33,60
	напиток	1010	чай с сахаром	200	4,82	62,11	0,29	0,06	15,42
	закуска	453	яйцо варенное	1	7,20	62,80	4,96	4,60	0,28
	хлеь		хлеб	110	2,88	170,88	6,08	0,72	37,36
поздний ужин		428	булочка школьная	75	10,00	358,91	8,91	35,50	38,76