УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ "ШИ №1" Захохова Б.Ж.

Школа: ГБОУ "ШИ №1" | Отд./корп: | День: 18.09.2021

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	499	Запеканка творожная со сметаной	160	33.37	461.84	29.99	25.52	30.78
	гор.напитк	382	какао на молоке	200	9.50	184.00	4.76	7.38	26.85
	хлеб		хлеб	90	3.24	192.24	6.84	0.81	42.03
		14	масло сливочное	15	5.30	109.96	0.12	11.73	0.09
		453	яйцо вареное	1	7.20	62.80	4.96	4.60	0.28
			сыр рассольный	20	6.40	62.80	4.96	4.60	0.28
Завтрак 2			кефир 2.5 %	150	6.75	130.20	1.04	0.10	33.14
			хлеб	50	1.80	192.00	3.00	1.00	42.92
			яблоко	200	11.00	198.00	12.45	5.35	38.30
Обед	первое блюдо		суп картофельный с рисом	300	7.62	138.59	2.70	8.61	13.62
	2 блюдо	599	Бифтекс рубленный	70	36.88	219.45	15.22	16.77	1.68
	гарнир		сок фруктовый	200	9.00	130.20	1.04	0.10	33.14
	хлеб бел.		хлеб	110	3.96	320.04	11.40	1.35	70.05
	напиток	759	пюре картофельное	150	9.50	101.58	4.32	7.20	29.23
			помидоры свежие	75	3.75	19.00	0.95	0.15	3.15
полдник									
ужин	2 блюдо								
	гарнир								
	салат								
	напиток								
	закуска								
	хлеь								
поздний ужин									