



Директор МБОУ лицей № 8
им. Н.Г. Голодникова

С.И. Карпенко

Школа	МБОУ лицей № 8 им.Н.Г. Голодникова			Отд./корп				День	14.03.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	пудинги	№ 190 2015г.	Пудинг пшеничный с молоком сгущенным	200/40	20,83	431,6	11,5	4,9	5,7
	3 блюдо		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	9,95	83,4	1	0,2	19,6
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,66	116,9	3,95	0,5	24
	гастрогония	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	7,56	75	0,1	8,3	0,1
	гастрономия	№ 15	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	8,96	54,5	3,5	4,5	0
	фрукты		ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.	165	13,65	98,7	0,84	0,84	20,58
			Итого за прием пищи:	730	63,61	860,1	20,89	19,24	69,98
Обед	закуска	71/70	СОЛЕННЫЕ (огурцы)	60	3,45	8,1	0,5	0,1	1,5
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	7,42	91	3	4,2	10,2
	2 блюдо	278	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/140	36,39	301,6	16,3	18,8	16,4
	гарнир	305	Рис припущенный	150	6,75	211,1	3,6	4,7	38,4
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов или компот из свежих плодов	200	4,28	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,66	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,66	129,00	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи:	910	63,61	722,9	23,6	28	93,6
	Итого за день		Всего за день:	1635	127,22	1583	44,49	47,24	163,58