



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

С.И. Карпенко

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн	№ 174 2015г.	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	200	10,2	210,3	6,6	9,7	24,4
	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	24,2
	гастроном	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	7,56	75	0,1	8,3	0,1
	кисл/молочн		БИОЙГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	19,59	73,75	4,4	3	6,5
	фрукты		ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.	165	13,65	98,7	0,84	0,84	20,58
			Итого за прием пищи:	790	63,61	541,15	12,94	22,04	71,18
Обед	закуска	71/70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	3,45	8,1	0,5	0,1	1,5
	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой рисовой	250	4,25	117,6	4,25	2,4	2,8
	2 блюдо	268	Котлеты из мяса говядины с маслом сливочным	90/8	40,33	249,8	13,3	14	13,3
	гарнир	202	Макароны отварные	150	5,98	166,5	5,4	0,7	34,7
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов или компот из свежих плодов	200	4,28	77,4	0	0	19,4
	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:	858	63,61	619,4	23,45	17,2	71,7
		Итого за день	1648	127,22	1160,55	36,39	39,24	142,88	