



Директор МБОУ лицея № 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	закуска	71/70	СОЛЕННЫЕ (помидоры)	60	3,45	8,1	0,5	0,1	1,5	
	гастрономия	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	7,56	75	0,1	8,3	0,1	
	горячее	295	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	90/8	31,09	236,5	12,9	16,1	10,4	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,72	206	3,6	4,6	37,7	
	Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3	49,5	0,4	0	11,7	
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,66	116,9	3,95	0,5	24,2	
	фрукты		ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.	150	12,13	65,8	0,56	0,56	13,72	
			Итого за прием пищи:	740	63,61	757,8	22,01	30,16	99,32	
Обед	закуска	70/71	СОЛЕННЫЕ (огурцы)	60	3,45	14	0,7	0,1	2,2	
	1 блюдо	106	Суп с рыбными фрикадельками	250	7,33	890,7	15,7	14,2	33,9	
	2 блюдо	268	Биточки из говядины	90/8	32,47	264,8	14,4	17,2	13,3	
	гарнир	321	Капуста тушеная	150	10,04	144,1	3,5	7,3	15,7	
	Напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	5	103	0,7	0,3	24,4	
	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	1416,6	35	39,1	89,5
		Итого за день		Всего за день:	1598	127,22	2174,4	57,01	69,26	188,82