ва Ольга Вячеславов на

Школа: ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день 6/неделя2) | Отд./корп: | День: 01.09.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 175 | Каша молочная "Дружба"с м/сливочным | 205 | | 362 | 8 | 13 | 42 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | | 106 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | ПР | пшеничный | 35 | | 89 | 2 | 0 | 15 |
| | закуска | 209 | Яйцо вареное | 60 | | 95 | 8 | 7 | 0 |
| | | | | итого | 91,52 | | | | |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 45 | салат из белокачанной капусты с морковью и огурцом | 60 | | 60 | 1 | 3 | 6 |
| | 1 блюдо | 388/625 | уха рыбацкая | 216 | | 191 | 6 | 11 | 17 |
| | 2 блюдо | 290/АКТ | птица тушенная в соусе | 100 | | 120 | 9 | 7 | 5 |
| | гарнир | 202/309 | макаронные изделия отварные | 150 | | 168 | 7 | 5 | 32 |
| | сладкое | 342 | компот из смеси свеж яблок+С витамин | 200 | | 115 | 0 | 0 | 28 |
| | хлеб бел. | ПР | пшеничный | 30 | | 81 | 2 | 0 | 15 |
| | хлеб черн. | ПР | ржаной | 30 | | 67 | 2 | 1 | 13 |
| | | | | итого | 128,14 | | | | |
| | | | | | | | 50 | 51 | 182 |