

Школа

ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день 2/неделя1)

Отд./корп

День

23.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	каша вязкая молочная пшенная	205		183	7	9	32
	гор.напиток	382	какао с молоком	200		85	4	1	18
	хлеб	ПР	пшеничный	40		118	3	0	20
	закуска	2	бутерброт с повидлом и маслом	60		201	5	10	14
	итого			505	91,52	587	19	20	84
Обед	закуска	67	винегрет овощной	60		75	1	6	4
	1 блюдо	116	томат суп харчо с курицей и зеленью	216		143	5	6	17
	2 блюдо	301	кнели куриные с соусом	100		135	11	10	7
	гарнир	202/309	макаронные изделия отварные	150		168	5	5	26
	напиток	342	компот из свеж яблок	200		115	0	0	28
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		66	2	1	13
			итого	786	128,14	783	26	27	110
			итого за день	1291	219,66	1370	46	47	194