

Школа

ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день4/неделя1)

Отд./корп

День

12.02.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	202/309	макаронные изделия отварные с м/р	150		168	6	5	26
		270	котлеты "Московские"	100		139	5	5	14
	гор.напиток	383/акт	кисель	200		119	5	3	19
	хлеб	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	закуска	ПР	икра кабачковая	60		80	2	7	9
			итого	540	100,00	588	19	20	83
Обед	закуска	63	салаи из моркови (пропущ) и кураги	60		38	1	3	9
	1 блюдо	355	солянка по домашнему	226		211	6	10	10
	2 блюдо	290/акт	птица тушеная в сметанном соусе	100		141	9	7	15
	гарнир	302/171	каша гречневая рассыпчатая	150		111	5	6	25
	напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200		133	1	0	32
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			итого	796	138,00	782	27	27	117
			итого за день	1336	238,00	1369	46	47	200