

Школа

ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день 5/неделя2)

Отд./корп

День

06.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302/171	каша гречневая рассыпчатая	150		111	5	6	25
		268	котлеты из мяса с соусом	100		126	5	8	17
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200		106	3	1	8
	хлеб	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	фрукты								
	закуска		печенье	60		164	1	2	19
			итого	540	100	587	17	17	83
Обед	закуска	47/акт	салат из квашеной капусты	60		47	1	3	5
	1 блюдо	103	суп картофельный с вермишелью и зеленью	201		168	7	9	15
	2 блюдо	259	жаркое из птицы	240		209	10	10	25
	гарнир								
	напиток	349	компот из с/фруктов	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	761	138,00	705	24	24	104
				1301	238,00	1292	40	41	187