

Школа

ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день 2/неделя1)

Отд./корп

День

21.04.2026

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
		290/акт	птица тушеная в томатном соусе	100		101	7	6	13
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200		106	3	1	8
	хлеб	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	закуска		печенье	60		164	1	2	19
	итого			540	100,00	562	19	15	80
Обед	закуска	62	салат из моркови (припущ) с сахаром	60		49	1	1	7
	1 блюдо	101	суп картофельный с пшеном и зеленью	201		112	4	6	17
	2 блюдо	270	котлеты "Московские" с соусом	100		114	9	11	5
	гарнир	202/309	макаронные изделия отварные с м/р	150		168	5	5	17
	напиток	342	компот из свежих яблок	200		115	0	0	28
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			итого	771	138,00	705	24	24	101
			итого за день	1311	238,00	1267	42	39	181