

Школа

ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день 3/неделя2)

Отд./корп

День

29.04.2026

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	5	5	17
		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	40		118	3	0	20
	закуска	ПР	икра кабачковая	60		80	2	7	9
	итого			550	100,00	574	19	19	67
Обед	закуска	75	икра морковная	60		69	1	5	6
	1 блюдо	388/625	уха рыбацкая	216		163	4	8	11
	2 блюдо	278	тефтели тушеные в соусе	100		145	10	7	17
	гарнир	312	пюре картофельное с м/сливоч	150		158	3	6	20
	напиток	388	напиток из плодов шиповника	200		88	1	0	21
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		67	2	1	13
	итого			786	138,00	771	24	27	102
	итого за день			1336	238,00	1345	43	47	160