

Школа

ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день4/неделя2)

Отд./корп

День

30.04.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша вязкая молочная из риса и пшена	205		224	8	11	31
	гор.напиток	383/акт	кисель	200		119	5	3	19
	хлеб	ПР	пшеничный	35		81	2	0	15
	закуска		печенье	60		164	1	2	19
	итого			500	100,00	587	16	16	83
Обед	закуска	35	салат картофельный	60		76	2	5	14
	1 блюдо	88	щи из св капусты с картоф сметаной и зеленью	206		133	5	5	8
	2 блюдо	297/759	фрикадельки из птицы с томатным соусом	100		177	7	9	12
	гарнир	202/309	пюре из бобовых с м/р	150		174	6	6	28
	напиток	348	компот из кураги	200		115	1	0	28
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржаной	30		67	2	1	13
	итого			776	138,00	822	26	27	117
			итого за день	1276	238,00	1409	42	43	201