

Школа

ГБОУ СОШ пос.Коммунарский(день3/неделя1)

Отд./корп

День

20.05.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	259	жаркое из птицы	240		301	10	13	31
	гор.напиток	383/акт	кисель	200		119	5	3	19
	хлеб	ПР	пшеничный	40		118	3	0	20
	фрукты								
	закуска	47/акт	салат из квашеной капусты	60		47	1	3	5
			итого	540	100,00	586	19	19	74
Обед	закуска	37/акт	салат Светофор	60		57	1	3	6
			борщ из свежей капусты с картофелем сметаной						
	1 блюдо	82	зеленью	206		131	3	8	12
	2 блюдо	268/акт	биточки из мяса с соусом	100		144	10	6	10
	гарнир	199	пюре из бобовых с м/растит	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	ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			итого	776	138,00	768	26	24	112
			итого за день	1316	238,00	1353	45	43	186