

ГБОУ СОШ пос. Коммунарский

03.06.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	255	82,00	375	9	14	57
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200		106	3	1	8
	хлеб	ПР	хлеб пшеничный	40		118	3	0	20
	закуска	ПР	яйцо вареное	60		95	4	4	3
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	20	салат из свежих огурцов с луком репчатым, мслом растительным	66	105,00	47	1	4	2
	1 блюдо	88	щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250		150	5	5	31
	2 блюдо	259	жаркое из птицы	275		362	17	18	34
	гарнир								
	напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200		133	1	0	25
	хлеб бел.	ПР	хлеб пшеничный	50		177	4	1	24
	хлеб черн.	ПР	хлеб ржано пшеничный	30		67	2	1	13