

ГБОУ СОШ пос. Коммунарский

Page 10 of 10

20.06.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	255	82,00	298	11	10	47
	гор.напиток	379	кофейный напиток с молоком	200		101	3	3	16
	хлеб	ПР	хлеб пшеничный	35		89	3	1	16
	закуска	ПР	бутерброд с маслом сливочным и сыром	60		151	5	9	16
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	20	салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом растительным	66	105,00	47	1	4	2
	1 блюдо	852	борщ из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250		130	3	8	20
	2 блюдо	290	птица тушеная в соусе	110		175	13	12	4
	гарнир	202	макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180		202	7	5	32
	напиток	342	компот из свежих яблок	200		115	0	0	28
	хлеб бел.	ПР	хлеб пшеничный	50		177	4	1	24
	хлеб черн.	ПР	хлеб ржано пшеничный	30		67	2	1	13