

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

3/14/2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                       | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 188     | Запеканка рисовая с творогом и с повидлом   | 180\30   |      | 354          | 11    | 10   | 43       |
|            | гор.напиток | 379     | Кофейный напиток с молоком                  | 200      |      | 100          | 3     | 3    | 16       |
|            | хлеб        | ПР      | Хлеб пшеничный                              | 30       |      | 81           | 2     | 0    | 15       |
|            |             | 338     | Яблоко                                      | 100      |      | 47           | 0     | 5    | 10       |
|            |             |         | Итого на завтрак                            | 540      |      | 583          | 17    | 18   | 84       |
| Завтрак 2  | фрукты      | Акт     |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |   |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 62      | Салат из моркови(припуц) с сахаром          | 60       |      | 49           | 1     | 0    | 7        |
|            | 1 блюдо     | 82      | Борщ из св. капусты с картоф. Сметаной зел. | 200\5\1  |      | 91           | 2     | 5    | 9        |
|            | 2 блюдо     | 268\759 | шницель из мяса с соусом                    | 100      |      | 197          | 7     | 14   | 11       |
|            | гарнир      | 199     | Пюре из бобовых с м\ раст.                  | 150      |      | 185          | 11    | 6    | 33       |
|            | сладкое     | 348     | Компот из кураги                            | 200      |      | 115          | 0     | 0    | 28       |
|            | хлеб бел.   | ПР      | Хлеб пшеничный                              | 30       |      | 81           | 2     | 0    | 15       |
|            | хлеб черн.  | ПР      | Хлеб ржаной                                 | 30       |      | 67           | 2     | 1    | 13       |
|            |             |         | Итого за обед                               | 776      |      | 784          | 26    | 27   | 115      |
|            |             |         | Итого за день                               | 1316     |      | 1366         | 43    | 45   | 198      |