

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

9/1/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	209\175	Яйцо вареное . Каша "Дружба"м\ слив.	60\200\5		393	13	17	45
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		106	3	1	8
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	35		89	3	1	16
			Итого на завтрак	500		588	19	19	69
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Салат из белокачанной капусты с морк.огур.	60		60	1	3	6
	1 блюдо	388\625	Уха рыбацкая	15\200\1		115	30	5	12
	2 блюдо	290\Акт	Птица тушеная в соусе	50\50		120	9	7	5
	гарнир	202\309	Макаронные изделия отварные	150		168	6	5	26
	сладкое	342	Компот из св. яблок	200		115	0	0	27
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		66	2	1	13
			Итого за обед	786		801	24	24	107
			Итого за день	1286		1389	44	44	176