

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

10/3/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268\171	Катлеты из мяса с соусом, каша перловая	100\150		258	12	12	40
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200\3,5		97	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
		338	Яблоко	100		47	0	5	10
			Итого на завтрак	584		483	16	17	80
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Салат из белок.капусты с морковью	60		32	2	2	4
	1 блюдо	113	Суп- лапша с ципленком зеленью	10\200\1		211	6	6	13
	2 блюдо	259	Жаркое из птицы	200		299	14	17	24
	гарнир								
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200		133	1	0	32
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		67	2	1	12
			Итого за обед	731		823	27	26	100
			Итого за день	1315		1306	42	43	180