

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

11/18/2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                   | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 290\302 | Птица тушеная в том.соус.Каша гречневая | 100\150  |      | 211          | 12    | 13   | 29       |
|            | гор.напиток | 376     | Чай с сахаром                           | 200      |      | 106          | 3     | 1    | 8        |
|            | хлеб        | ПР      | Хлеб пшеничный                          | 30       |      | 81           | 2     | 0    | 15       |
|            |             | 3       | Печенье                                 | 60       |      | 189          | 2     | 5    | 21       |
|            |             |         | Итого на завтрак                        | 540      |      | 587          | 19    | 20   | 73       |
| Завтрак 2  | фрукты      |         |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |   |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 67      | Винегрет овощной                        | 60       |      | 75           | 0     | 6    | 4        |
|            | 1 блюдо     | 116\АКТ | Томатный супхарчо с курицей и зеленью   | 15\200\1 |      | 143          | 6     | 9    | 17       |
|            | 2 блюдо     | 268\Акт | Биточки из мяса с соусом                | 100      |      | 165          | 10    | 5    | 10       |
|            | гарнир      | 202\309 | Макаронные изделия отварные с м\р       | 150      |      | 168          | 6     | 5    | 26       |
|            | сладкое     | 342     | Компот из св.яблок                      | 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                           | 786      |      | 813          | 27    | 26   | 113      |
|            |             |         | Итого за день                           | 1326     |      | 1401         | 46    | 46   | 186      |