

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

12/8/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная геркулесовая с м\сл.	200\5		283	8	9	46
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		106	3	1	8
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	35		89	3	1	16
	закуска	2	Бутерброд с повидлом	60		110	2	6	6
			Итого на завтрак	500		587	16	17	76
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	ПР	Икра кабачковая	60		81	2	7	9
	1 блюдо	88	Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью	200\5\1		129	4	5	8
	2 блюдо	290	Птица тушеная в томатном соусе	100		101	7	7	5
	гарнир	304	Рис отварной с маслом сливочным	150		210	6	5	37
	напиток	342	Компот из свежих яблок	200		115	0	0	28
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	3	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			Итого за обед	776		782	23	24	113
			Итого за день	1276		1370	40	42	188