Школа	МАОУ Кулаковская СОШ	Отд./корп	1	День	19.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Пюре картофельное, Тефтель рыбный	240	92,4	313,38	12,04	15,10	33,82
	гор.напиток		Чай ягодный с сахаром	200	10,5	48,00	0,90	0,30	5,36
	хлеб		Хлеб "Свежий" ржаной	20	1,6	41,30	0,70	0,10	9,40
			Хлеб "Свежий" пшеничный	40	3,2	88,40	1,78	0,34	18,52
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Овощи консервированные без уксуса (огурцы) на подгарнировку	60	25,35	14,30	0,70	0,10	2,70
	1 блюдо		Суп Лагман с птицей	200	28,15	189,72	8,80	6,57	26,37
	2 блюдо		Мсо тушеное	90	53,9	231,45	9,10	12,50	23,80
	гарнир		Гречка отварная	150	19,4	167,05	4,00	5,28	23,69
	напиток		Компот из изюма	180	10	87,36	0,43	0,09	17,86
	хлеб бел.		Хлеб "Свежий" пшеничный	20	1,6	44,20	0,89	0,17	9,26
	хлеб черн.								
				500	107,7	491,08	15,42	15,84	67,1
				700	138	734	24	25	104
					246,1				