Школа МАОУ Кулаковская СОШ Отд./корп 1 День 10.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Гуляш из свинины, рис отварной	240	66,96	364,16	13,29	15,94	30.55
	гор.напиток		Напиток ягодный	200	12	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий ржаной	30	2,54	48,18	0,82	0,12	10,97
			Кукуруза бланшированная	60	26,2	22,89	0,85	0,07	14,51
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Щи из свежей капусты с птицей, сметаной и зеленью	200	42,33	132,02	3,75	8,13	8,17
	2 блюдо		Курица запеченая с картофелем, сметаной	250	86,71	399,06	15,36	15,38	49,25
	гарнир								
	напиток		Чай с сахаром	200	2,6	39,98	0,01	0,00	5,98
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	40	3,38	88,40	1,78	0,34	18,52
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16
				530	107,7	475,21	14,97	16,13	35,46
				730	138	715	23	24	105
					246,1				