Школа	МАОУ Кулаковская СОШ	Отд./корп	1	День	13.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью	200	26,57	148,89	7,41	8,22	15,25
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	2	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16
			Яблоко	200	49,4	85,00	0,66	0,38	14,25
			Бутерброд с маслом и сыром	35	26,35	117,84	5,92	7,42	11,69
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп-лапша с птицей	220	29	236,83	9,12	8,10	28,53
	2 блюдо		Бефстроганов из мяса	90	69,28	208,65	9,30	10,55	9,05
	гарнир		Картофель отварной	150	20,05	132,00	2,41	5,23	19,05
	напиток		Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	15	63,14	0,27	0,09	15,21
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	0,17	9,26
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16
				675	107,7	446,96	16,24	16,46	74,33
				720	138	740	24	25	104
					246,1				