Школа	МАОУ Кулаковская СОШ	Отд./корп	1	День	19.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Биточек мясной, макаронные изделия отварные	240	69,29	271,20	11,49	13,19	30,95
	гор.напиток		Компот из яблок и лимоном	200	8,35	85,28	0,50	0,00	15,36
	хлеб		Свежий пшеничный	25	2,11	56,74	1,97	0,25	13,28
			Йогурт	100	27,95	78,00	2,20	2,80	10,00
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью	230	34,32	230,91	9,36	12,52	25,84
	2 блюдо		Тефтель мясной	90	65	153,03	8,06	8,16	17,52
	гарнир		Рагу из овощей	150	25,55	167,00	2,90	2,58	11,45
	напиток		Чай Витаминный	200	8,46	55,46	0,27	0,05	13,46
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	17,00	9,26
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16

565	107,7	491,22	16,16	16,24	69,59
730	138,4	706	24	41	101
	246,1				