Школа МАОУ Кулаковская СОШ Отд./корп 1 День 20.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Курица в соусе с томатом, рис отварной	240	76,86	292,09	15,15	14,84	34,67
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	2,1	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий пшеничный	30	2,54	66,30	1,34	0,25	13,89
			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	250	32,03	196,02	5,01	10,36	15,21
	2 блюдо		Мясо духовое	200	90,61	294,40	13,87	12,60	26,80
	гарнир								
	напиток		Компот из сухофруктов	200	9	90,70	0,60	0,08	21,52
	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	421,26	17,35	15,16	73,05
				730	138,4	725	24	24	105
					246,1				