Школа МАОУ Кулаковская СОШ Отд./корп 1 День 25.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Плов с птицей	200	75,97	209,41	9,36	12,14	19,24
	гор.напиток		Чай Витаминный	200	5,5	55,46	0,27	0,05	13,46
	хлеб		Свежий пшеничный	50	4,23	110,50	2,23	0,43	23,15
			Рулетик слоенный с вареной сгущенкой	60	22	102,90	4,37	3,86	12,13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	220	30,44	174,63	8,43	10,00	20,09
	2 блюдо		Бедро куриное запечнное по-домашнему	90	65,7	154,30	7,97	10,39	13,87
	гарнир		Рагу из овощей	150	25,5	127,00	2,90	2,58	11,45
	напиток		Отвар из шиповника	200	10	104,68	0,68	0,28	22,64
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	40	3,38	88,40	1,78	0,34	18,52
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	88,40	1,40	0,20	18,80
				510	107,7	478,27	16,23	16,48	67,98
				740	138,4	737	23	24	105
					246,1				