Школа МАОУ Кулаковская СОШ Отд./корп 1 День 24.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тефтель рыбный, картофельное пюре	240	98,29	313,38	12,04	15,10	33,82
	гор.напиток		Чай ягодный с сахаром	200	4,34	48,00	0,90	0,30	5,36
	хлеб		Свежий ржаной, Свежий пшеничный	60	5,07	132,40	2,48	0,44	27,92
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Овощи натуральные на подгарнировку	60	16,33	14,30	0,70	0,10	2,70
	1 блюдо		Суп Лагман с птицей	200	34,97	189,72	8,80	6,57	26,37
	2 блюдо		Мясо тушеное	90	60,39	231,45	9,10	12,50	23,80
	гарнир		Гречка отварная	150	15,99	167,05	4,00	5,28	23,69
	напиток		Компот из изюма	180	9,03	87,36	0,43	0,09	17,86
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	0,17	9,26
	хлеб черн.								
				500	107,7	493,78	15,42	15,84	67,1
				700	138	734	24	25	104
					246,1				