Школа	МАОУ Кулаковская СОШ	Отд./корп	1	День	14.10.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью	200	29,18	148,89	7,41	8,22	15,25
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	2,52	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16
	фрукты		Яблоко	180	46,8	85,00	0,66	0,38	14,25
			Бутерброд с маслом и сыром	33	25,82	117,84	5,92	7,42	11,69
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп-лапша с птицей	220	28,44	236,83	9,12	8,10	28,53
	2 блюдо		Бефстроганов из мяса	90	61,26	208,65	9,30	10,55	9,05
	гарнир		Картофель отварной	150	28,64	132,00	2,41	5,23	19,05
	напиток		Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	14,99	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
				653	107,7	446,96	16,24	16,46	74,33
				720	138	740	24	25	104
					246,1				