Школа МАОУ Кулаковская СОШ Отд./корп 1 День 20.10.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп гороховый с птицей	200	24,07	152,25	7,10	8,60	16,70
	гор.напиток		Напиток ягодный	200	12,58	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий ржаной	20	1,69	41,30	0,70	0,10	9,40
			Яблоко	200	46,8	85,00	0,66	0,38	14,25
			Улитка с корицей	50	22,56	155,24	6,97	7,46	17,09
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Свекольник с птицей, сметаной	220	36,23	172,63	4,82	7,18	11,39
	2 блюдо		Гречка по-купечески	180	67,75	280,17	9,52	11,98	30,71
	гарнир								
	напиток		Напиток из кураги	200	10,95	90,70	0,60	0,08	21,52
	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
			Яйцо отварное	40	18,4	62,80	5,20	4,80	4,50
				670	107,7	473,77	15,44	16,54	67,42
				700	138	706	23	41	101
					246,1				