Школа МАОУ Кулаковская СОШ Отд./корп 1 День 21.10.2026

| 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 | | | | |