

Школа  Отд./корп

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                               | Выход, г |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | Котлета куриная                     | 70       |
|            | гор.блюдо   | 313    | Греча отварная №4,3                 | 100      |
|            | гор.напиток | 459    | Чай с лимоном №459                  | 180      |
|            | хлеб        |        | Хлеб пшеничный                      | 50       |
|            | фрукты      | 338    | Яблоко №338                         | 100      |
|            |             |        |                                     |          |
| Обед       | закуска     | 24     | Салат из моркови с сухофруктами №24 | 80       |
|            | 1 блюдо     | 119    | Суп с фасолью №119                  | 200      |
|            | 2 блюдо     | 291    | Плов с курицей №291                 | 120      |
|            | гарнир      |        |                                     |          |
|            | напиток     | 459    | Чай с лимоном №459                  | 200      |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                      | 100      |
|            | хлеб черн.  |        |                                     |          |
|            |             |        |                                     |          |

| День       |              |       |      |          |
|------------|--------------|-------|------|----------|
| 21.05.2026 |              |       |      |          |
| Цена       | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| 18,35      | 203          | 6,7   | 12,6 | 19,6     |
| 12,85      | 151          | 5,7   | 4,1  | 25,8     |
| 33,04      | 39           |       | 0,1  | 9,5      |
| 9,18       | 117          | 3,9   | 0,5  | 24,1     |
| 18,35      | 76           | 1,2   | 0,4  | 16,8     |
|            |              |       |      |          |
|            |              |       |      |          |
| 18,35      | 87           | 0,8   | 4,3  | 11,3     |
| 27,52      | 241          | 5,7   | 19,4 | 17,5     |
| 30,53      | 220          | 13,6  | 8,4  | 28,6     |
|            |              |       |      |          |
| 8,17       | 39           |       | 0,1  | 9,5      |
| 7,2        | 171          | 6,3   | 0,8  | 38,6     |
|            |              |       |      |          |
|            |              |       |      |          |
|            |              |       |      |          |