

Школа	МОУ "Средняя школа № 26"				Отд./корп		Дата		01.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100		62,6	1,0	5,2	3,0
	гор.блюдо	54-3г	Макароны отварные с сыром	150		207,7	7,9	6,8	28,6
	гор.напиток	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200		86,0	3,8	2,9	11,3
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	70		170,5	5,7	1,25	32,3
	фрукт								
	итого			520	95	526,8	18,4	16,15	75,2
Обед									
	1 блюдо	54-1с	Щи из свеж.капусты со сметаной	200		72,1	1,6	4,9	5,3
	2 блюдо	54-14р	Котлета рыбная любительская	90		101,0	11,6	3,6	5,5
	гарнир	54-6г	Рис отварной	150		203,5	3,7	4,8	36,5
	напиток	54-2гн	Чай с сахаром	180		24,4	0,2	0,0	5,9
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	85		204,0	4,2	1,4	43,6
	итого			705	95	605,0	21,3	14,7	96,8
Полдник									
Ужин									
Ужин 2									
Итого за день:				1225		1131,8	39,7	30,85	172,0