

ГБОУ СОШ №381

Отд./корп

День

10.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша "Дружба" с пшеном и рисом молочная с маслом сливочным	150		168,00	4,60	7,50	20,10
	гор.напиток	208/3	Чай с вареньем	200		60,10	0,30	0,10	15,30
	хлеб	197	Батон нарезной обогащенный микронутриент	30		84,00	2,40	1,05	15,90
	фрукты	203	Фрукты свежие	100		47,00	0,40	0,30	10,30
		224	Запеканка из творога	50		158,70	9,60	8,60	10,00
Обед	закуска	71	Салат из свежих помидоров с маслом растите	60		69,20	0,60	6,10	2,60
	1 блюдо	80	Борщ сибирский вегетарианский со сметаной	205		100,90	3,10	3,70	13,00
	2 блюдо	262	Сердце в соусе	100		152,00	13,08	9,18	2,85
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливоч	150		206,00	3,60	4,60	37,70
	сладкое								
	хлеб бел.	197	Батон нарезной обогащенный микронутриент	20		56,00	1,60	0,70	10,60
	хлеб черн.	16	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микро	40		81,60	2,60	0,30	17,00
	напиток	469	Сок фруктовый	200		84,00	0,80	0,00	20,60