

ГБОУ СОШ №381

Отд./корп

День

07.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150		196,80	5,70	6,40	29,70
	гор.напиток	432	Кофейный напиток	200		122,40	3,70	2,50	21,10
	хлеб	197	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20		56,00	1,60	0,70	10,60
	фрукты	205	Фрукты свежие	100		43,00	0,90	0,20	8,10
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40		125,20	6,10	6,50	10,30
Обед	закуска	22	Салат из моркови с огурцом свежим с маслом растительным	60		51,40	0,60	4,10	3,00
	1 блюдо	48	Бульон куриный с вермишелью и курицей	210		104,90	3,10	2,40	13,40
	2 блюдо	258	Жаркое по-домашнему птицей и морковью	240		353,38	17,80	17,10	32,10
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	197	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20		56,00	1,60	0,70	10,60
	хлеб черн.	16	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		81,60	2,60	0,30	17,00
	напиток	215	Напиток из клюквы, протертой с сахаром	200		105,00	0,10	0,10	26,80