

Школа

ГБОУ СОШ с. Малая Малышевка

Отд./корп

| Прием пищи | Раздел        | № рец.  | Блюдо                                                  | Выход, г |
|------------|---------------|---------|--------------------------------------------------------|----------|
|            | закуска       | ПР      | вафли                                                  | 60       |
|            | гор.блюдо     | 259     | жаркое из птицы                                        | 250      |
|            | гарнир        |         |                                                        |          |
|            | гор.напиток   | 348     | компот из кураги                                       | 200      |
|            | хлеб          | ПР      | Хлеб пшеничный                                         | 40       |
|            |               |         |                                                        |          |
|            |               |         |                                                        |          |
| Завтрак 2  | Витаминизация |         |                                                        |          |
|            |               |         |                                                        |          |
|            |               |         |                                                        |          |
| Обед       | закуска       | 46      | салат из белокачанной капусты с яблоком                | 100      |
|            | 1 блюдо       | 82      | борщ из свежей капусты с картофелем сметаной и зеленью | 250/5/1  |
|            | 2 блюдо       | 268/759 | шницель из мяса с соусом                               | 100      |
|            | гарнир        | 1/198   | пюре из бобовых с м/раст                               | 180      |
|            | сладкое       |         |                                                        |          |
|            | гор.напиток   | 389     | сок фруктовый в ассортименте                           | 200      |
|            | хлеб бел.     | ПР      | Хлеб пшеничный                                         | 30       |
|            | хлеб черн.    | ПР      | хлеб ржано-пшеничный                                   | 30       |
|            |               |         |                                                        |          |

День

12/19/2025

| Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------|--------------|-------|-------|----------|
|      | 155.06       | 0.92  | 5.15  | 16.32    |
|      | 291.49       | 14.74 | 17.30 | 25.29    |
|      |              |       |       |          |
|      | 114.80       | 0.78  | 0.05  | 27.63    |
|      | 118.49       | 3.24  | 0.4   | 19.52    |
|      |              |       |       |          |
|      |              |       |       |          |
|      |              |       |       |          |
|      |              |       |       |          |
|      |              |       |       |          |
|      | 90.01        | 0.12  | 5.10  | 11.17    |
|      | 113.98       | 7.02  | 5.86  | 11.25    |
|      | 196.36       | 6.94  | 13.99 | 10.73    |
|      | 232.68       | 12.16 | 5.49  | 34.36    |
|      |              |       |       |          |
|      | 35.26        | 0.35  | 0.08  | 29.85    |
|      | 81.02        | 2.43  | 0.3   | 14.64    |
|      | 66.6         | 2.4   | 1.02  | 12.66    |
|      |              |       |       |          |