

МБОУ "Карсовайская средняя школа"

Page 10 of 10

6/19/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	121	Каша гречневая на молоке со сл. маслом	200	18.00	240	6	9	31
	гор.напиток	295	Чай с молоком	200	5.40	81	3	2	16
	хлеб		Хлеб Пшеничный	50	2.10	118	4	1	24
		365	Масло сливочное	5	9.20	33	0	4	0
		1	Салат из свежих огурцов с яйцом	120	13.50	116	7	4	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	41	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	208	15.90	87	2	5	8
	2 блюдо	212	Птица отварная	90	54.60	245	16	2	34
	гарнир	224	Рис отварной	180	14.50	273	3	15	43
	сладкое	293	Сок фруктовый	200	13.00	36	2	0	6
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	30	2.10	71	2	0	14
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	10.00	40	1	0	8
	соус	141	Соус томатный	50	3.50	70	1	5	5