Школа МКОУ Озерная ООШ Отд./корп День 19.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	Сборник	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	12,02	65,8	1,1	2,4	10
	1 блюдо	Сборник	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	11	90,8	4,3	2	14
	2 блюдо	Сборник	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	20	103,1	9,7	5,2	4,4
	гарнир	Сборник	Рис отварной	180	16	244,2	4,3	5,8	43,7
	сладкое								
	хлеб бел.	пром.	Хлеб пшеничный	30	1,5	70,3	2,3	0,2	14,8
	хлеб черн.	пром.	Хлеб ржаной	30	2,5	51,2	2	0,4	10
	напиток	пром.	Компот из смеси сухофруктов	200	7	81	0,5	0	19,8
	фрукты	пром.	Яблоко	150	9	66,6	0,6	0,6	14,7