

Школа

МКОУ Озерная ООШ

Отд./корп

День

28.09.2026

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |         |                               |          |       |              |       |      |          |
|            | гор.напиток |         |                               |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб        |         |                               |          |       |              |       |      |          |
|            |             |         |                               |          |       |              |       |      |          |
|            |             |         |                               |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |         |                               |          |       |              |       |      |          |
|            |             |         |                               |          |       |              |       |      |          |
|            |             |         |                               |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | Сб.№43  | Салат из белокочанной капусты | 80       | 12,00 | 114,4        | 2     | 8,1  | 8,3      |
|            | 1 блюдо     |         |                               |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     | п/ф     | Котлеты домашние              | 110      | 25    | 249,2        | 16,8  | 15,9 | 9,8      |
|            | гарнир      | Сборник | Макароны отварные             | 250      | 16,87 | 328          | 8,9   | 8,2  | 54,7     |
|            | 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       |
|            | соус        | Сборник | Соус красный основной         | 30       | 6,68  | 21,2         | 1     | 0,7  | 2,7      |
|            | гор.напиток | Сборник | Чай с сахаром                 | 200      | 6     | 26,8         | 0,2   | 0    | 6,4      |
|            | фрукты      | пром.   | Яблоко                        | 120      | 7,6   | 53,3         | 0,5   | 0,5  | 11,8     |
|            |             | пром.   | Масло сливочное (порциями)    | 10       | 0,87  | 66,1         | 0,1   | 7,3  | 0,1      |