

|                  |           |  |
|------------------|-----------|--|
| МКОУ Озерная ООШ | Отд./корп |  |
|------------------|-----------|--|

\_\_\_\_\_

05.10.2026

| 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 белокочанной капусты             | 60       | 12,13 | 85,8         | 1,5   | 6,1  | 6,2      |
|            | 1 блюдо     | Сборник | Суп крестьянский с крупой (крупa рисовая) | 250      | 12,8  | 135,7        | 6,2   | 6    | 14,2     |
|            | 2 блюдо     | Сборник | Котлета из говядины                       | 110      | 22,41 | 324,8        | 20,1  | 19,1 | 18,1     |
|            | гарнир      | Сборник | Картофельное пюре                         | 200      | 17    | 185,8        | 4,1   | 7,1  | 26,4     |
|            | 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       | 3,68  | 21,2         | 1     | 0,7  | 2,7      |
|            | гор.напиток | Сборник | Чай с лимоном и сахаром                   | 200      | 7     | 27,9         | 0,2   | 0,1  | 6,6      |
|            |             |         |                                           |          |       |              |       |      |          |