

Школа	ГБОУ СОШ №381	Отд./корп	
-------	---------------	-----------	--

Отд./корп	
-----------	--

День 14.10.2025

14.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Макароны с сыром	160		275,40	8,20	10,20	37,40
	гор.напиток	433	Какао с молоком	200		113,40	3,90	3,10	17,20
	хлеб	5	Бутерброд с ветчиной	40		117,40	5,30	5,90	10,30
	фрукты	200	Фрукты свежие	100		47,00	0,40	0,40	9,80
Обед	закуска	71	Помидор свежий кусочком	60		14,40	0,70	0,10	2,30
	1 блюдо	76	Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной	205		89,20	1,60	4,20	10,60
	2 блюдо	309	Рагу из птицы	240		343,30	17,20	18,30	28,30
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	197	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	40		112,00	3,20	1,40	21,20
	хлеб черн.	16	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		81,60	2,60	0,30	17,00
	напиток	215	Напиток из клюквы, протертой с сахаром	200		105,00	0,10	0,10	26,80