

ГБОУ СОШ №381

Page 10 of 10

15.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189/1	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	150		202,80	6,70	7,70	26,60
	гор.напиток	432	Кофейный напиток	200		122,40	3,70	2,50	21,10
	хлеб	197	Батон нарезной обогащенный микронутриент	30		84,00	2,40	1,05	15,90
	фрукты	203	Фрукты свежие	100		47,00	0,40	0,30	10,30
		227	Яйцо вареное	40		68,00	5,70	4,80	0,30
Обед	закуска	17	Салат зеленый с огурцами с маслом раститель	60		68,30	0,7	5,00	4,90
	1 блюдо	89/307	Рассольник с птицей и сметаной	215		129,90	4,40	7,10	11,40
	2 блюдо	259	Котлеты рыбные любительские	90		105,00	11,30	4,40	5,00
	гарнир	325	Рис отварной	150		203,00	3,70	6,30	32,80
	сладкое								
	хлеб бел.	197	Батон нарезной обогащенный микронутриент	20		56,00	1,60	0,70	10,60
	хлеб черн.	16	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микро	40		81,60	2,60	0,30	17,00
	напиток	469/1	Сок фруктовый	200		113,00	1,40	0,20	26,40