

ГБОУ СОШ №381

Page 10 of 10

16.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189/2	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150		180,50	5,30	6,50	25,40
	гор.напиток	208/1	Чай с сахаром и лимоном	200		52,10	0,30	0,00	12,60
	хлеб	197	Батон нарезной обогащенный микронутриент	30		84,00	2,40	1,05	15,90
	фрукты	205	Фрукты свежие	100		43,00	0,90	0,20	8,10
		224	Запеканка из творога	50		158,70	9,60	8,60	10,00
Обед	закуска	48/1	Салат из моркови с чесноком и маслом растит	60		75,60	0,80	5,10	6,80
	1 блюдо	84/252	Щи из свежей капусты с картофелем, говяди	215		90,70	4,60	5,10	5,80
	2 блюдо	280	Печень, тушенная в соусе (сметанный с томат	100		164,00	13,40	9,00	7,40
	гарнир	335	Картофельное пюре	150		141,00	3,10	5,40	20,30
	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	406	Кисель из кураги	200		151,00	0,70	0,10	37,00