

Школа

ГБОУ СОШ № 1 г. Кинеля

Отд./корп

День

20.01.2025

| прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | | ПР | Печенье | 60 | | 110,4 | 4,23 | 6,81 | 16,73 |
| | Второе блю, | 268 | Котлеты из мяса с соусом | 100 | | 88,61 | 4,94 | 7,1 | 4,88 |
| | Гарнир | 202/309 | Макаронные изделия | 150 | | 168,45 | 5,52 | 4,52 | 26,45 |
| | напиток | 377 | Чай с лимоном | 200/3,5 | | 97 | 0,13 | 0,02 | 15,2 |
| | хлеб | ПР | Хлеб пшеничный | 30 | | 81,02 | 2,43 | 0,3 | 14,64 |
| | | | | | | 78,68 | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 45 | Салат из белокачанной капусты с морковью | 60 | | 31,72 | 1,56 | 1,95 | 3,88 |
| | 1 блюдо | 388 | Уха рыбацкая | 15/200/1 | | 190,08 | 3,21 | 6,5 | 11,1 |
| | 2 блюдо | 243/759 | Сосиски отварные с томатным соусом | 100 | | 149,4 | 6,15 | 11,23 | 3,89 |
| | Гарнир | 1/198 | Пюре из бобовых с м/раст | 150 | | 184,56 | 8,55 | 3,12 | 33,36 |
| | напиток | 342 | Компот из свежих яблок | 200 | | 114,6 | 0,16 | 0,16 | 27,88 |
| | хлеб | ПР | Хлеб пшеничный | 30 | | 81,02 | 2,43 | 0,3 | 14,64 |
| | хлеб | ПР | Хлеб ржано пшеничный | 30 | | 66,6 | 2,43 | 1,02 | 12,66 |
| | | | | | | 110,17 | | | |