Школа	454	Отд./корп		День	04.09.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	150	114,5	179,00	5,60	7,60	24,80
	доп.блюдо	14	Сыр (порциями)	20		72,00	4,60	5,93	0,00
	гор.напиток	454	Чай с лимоном	200		30,00	0,20	0,00	7,20
	хлеб	ТК № 1	Батон обогащенный микронукриентами	60		151,80	4,35	1,50	29,55
	фрукты								
	кисломол.	ТК № 2	Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %	125		100	4	3,1	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	52	Винегрет овощной	60	171,8	75,00	0,80	6,10	4,20
	1 блюдо	97/244	Суп картофельный с рыбой	205		93,10	2,82	2,13	16,70
	2 блюдо	320	Голубцы ленивые	240		335,00	20,40	18,10	18,00
	гарнир								
	напиток	425	Компот из смеси сухофруктов	180		63,00	0,50	0,06	15,10
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ТК № 3	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		72,00	1,88	0,88	19,90
		22	Зефир витаминизированный	35		110	0,3	0,03	28