Школа 454 Отд./корп День 30.09.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша жидкая пшенная с маслом сливочным	150	114,5	179,00	5,60	6,40	20,80
	доп.блюдо	ТК № 9	Бутерброд с джемом	40		130,00	1,30	4,20	21,80
	гор.напиток	458	Кофейный напиток с молоком	180		77,00	3,30	2,50	10,30
	хлеб	ТК № 1	Батон обогащенный микронутриентами	20		50,60	1,45	0,50	9,85
	фрукты								
	кисломол.	ТК № 2	Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %	125		100	4	3,1	13
Завтрак 2									
Обед	закуска	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	171,8	104,00	2,70	8,70	3,60
	1 блюдо	104/77	Суп картофельный с бобовыми и гренками	210		144,00	5,50	3,60	22,60
	2 блюдо	257	Биточки рыбные	90		163,00	11,70	6,60	14,10
	гарнир	360	Пюре картофельное	150		134	3,1	4,6	20
	напиток	426	Кисель из плодов или ягод свежих	180		43,00	0,10	0,04	10,60
	хлеб бел.	ТК № 1	Батон обогащенный микронутриентами	20		50,60	1,45	0,50	9,85
	хлеб черн.	ТК № 3	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		72,00	1,88	0,88	19,90