

Школа

ГБОУ СОШ № 12 г. Сызрани

Отд./корп

День

9/9/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	423,463,52	Котлеты куриные с соусом, Каша гречневая рассыпчатая, огурцы порционно	260	57.48	368	16	15	37
	гор.напиток	702	Компот из свежих яблок	200	15.00	128	0		34
	хлеб		Хлеб пшеничный/ржаной	40	6.20	83	3	0	16
					78.68				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	60	Винегрет овощной	60	12.00	80	1	6	5
	1 блюдо	120	Уха	200	19.00	103	4	3	16
	2 блюдо	423	Палочки с крупой с соусом	90	53.97	122	7	7	10
	гарнир	469	Макаронные изделия отварные	150	12.00	204	5	4	37
	сладкое	628	Чай с лимоном	187	7.00	54	0	0	14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	3.10	45	2	0	10
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	3.10	38	1	0	6
					110.17				