

1. 07.10.2025
 2. 07.10.2025
 3. 07.10.2025

Школа		Бочанихинская нош		Отд./корп		7-11 овз		День		07.10.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	54-20к	каша жидкая молочная гречневая	200	14,45	187,3	7,1	5,8	26,7		
	гор.напиток	54-3гн	чай с лимоном и сахаром	200	3,32	27,9	0,2	0,1	6,6		
	хлеб черн	Пром	хлеб ржаной	30	2,40	51,2	2	0,4	10		
	хлеб черн	Пром	хлеб пшеничный	50	4,00	117,2	3,8	0,4	24,6		
	кисломолоч	53-19з	масло сливочное(порциями)	20	20,00	132,2	0,2	14,50	0,3		
				500	44,17	515,5	13,3	21,2	68,2		
Завтрак 2 Обед	фрукты	Пром	банан	100	20,00	94,5	1,5	0,5	21		
	закуска	54-3з	помидор в нарезке	60	10,20	12,8	0,7	0,1	2,3		
	гор. Блюдо	54-25с	суп гороховый	200	4,68	110,9	6,5	2,8	14,9		
	гор. блюдо	54-9м	жаркое по домашнему	240	91,75	381,5	24,1	22,5	20,7		
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржаной	30	2,40	51,2	2	0,4	10		
	хлеб черн.	Пром	хлеб пшеничный	50	4,00	117,2	3,8	0,4	24,6		
	гор напиток	54-24хн	кисель из облепихи	180	10,81	53	0,2	1	10,7		
				860	143,84	821,1	38,8	27,7	104,2		
			1360	188,01	1336,9	52,1	48,9	172,4			