

Зингерман
Новосибирск



Школа	Бочанихинская нош		Отд./корп	ЛДП	День	05.06.2026			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1т	запеканка из творога	200	106,15	404,9	39,5	14,2	29,7
	сладкое	пром	молоко сгущеное с сахаром	10	4,12	32,7	0,7	0,9	5,6
	кисломолоч	53-19з	масло сливочное (порциями)	20	20,00	132,2	0,2	14,5	0,3
	гор.напиток	54-10гн	чай с клюквой и сахаром	250	14,08	36,1	0,3	0,1	8,5
	хлеб черн	Пром	хлеб ржаной	30	2,70	51,2	2	0,4	10
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный	50	4,50	117,2	3,8	0,4	24,6
				560	151,55	774,3	46,5	30,5	78,7
Завтрак 2 Обед	фрукты	Пром	груша	100	35,00	45,5	0,4	0,3	10,3
	закуска	54-5з	салат из свежих помидоров и огурцов	100	22,33	62,4	1	5,1	3,1
	гор. блюдо	54-25с	суп гороховый	250	8,02	138,7	8,2	3,5	18,7
	гор.блюдо	54-4г	каша гречневая рассыпчатая	180	13,81	280,4	9,9	7,6	43,1
	гор.блюдо	54-9р	рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	63,06	277,1	19,1	19,8	5,6
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный	50	4,50	117,2	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржаной	30	2,70	51,2	2	0,4	10
	гор напиток	54-2хн	компот из кураги	200	11,50	66,9	1	0,1	15,6
				1010	160,92	1039,4	45,4	37,2	131
				1570	312,47	1813,7	91,9	67,7	209,7