

27.01.2026



УТВЕРЖДАЮ:
Итатмакская СОШ"
_____. Юмадеева/

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311-2004	каша рисовая	200	29,75	198	6,4	7,2	27
	гор.напиток	690-2004	кофейный напиток	200	12,86	90,9	2,3	2,5	14,8
			Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,00				
			Хлеб пшеничный	20	4,73	38,9	1	0,3	8,1
		№3-2004	бутерброд с сыром	20/15	17,87	83,3	5,3	3,7	7,2
		158-2006	фрукты	130	42,99	86,5	0,6	0,5	19,9
		22-2013	салат из свежих помидоров	100	19,62	63,9	1	5,1	3,5
			суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/5	19,02	128,4	4,4	5,2	16
		135-2004	запеченный картофель с мясом отварным	200/5	80,28	429,7	20,2	26,9	26,7
		157-2001		200	15,25	90	0,4	0	22
		518-2013	сок	200	4,23	77,8	2	0,6	16,2
			хлеб бел.	40		81	1,9	0,4	17,5