

Школа

сош 22

Отд./корп

День

15.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	345-2004	Омлет с картофелем (запеченный)	150	68,42	284	13	16	11
	гор.напиток	54-3гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	3,73	28	0	0	7
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	50	6,15	114	3	1	24
	закуска	54-3з-202	Помидор в нарезке	75	21,75	16	1	0	3
	сладкое	Пром.	Кондитерские изделия	25	13,56	120	1	2	22
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45-2017	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	6,40	36	1	2	4
	1 блюдо	137-2004	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/200)	225	48,24	149	8	6	17
	2 блюдо	ТК № О/6	Рыба запечённая "Фиш-ка"	90	57,37	214	10	13	4
	гарнир	634-2022	Картофель отварной с зеленью	150	32,12	182	3	5	24
	сладкое								
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	40	4,65	96	3	1	20
	хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржаной	20	2,67	42	1	0	9
	напиток	Пром.	Сок натуральный	180	19,89	95	1	0	23
фрукты	Пром.	Фрукты свежие	100	10,66	47	0	0	10	