Утверждаю
Директор

Школа: МБОУ "СОШ №1 с. Мартан-Чу" | Отд./корп: | День: 22.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	279	Запеканка из творога	150		289,35	23,85	11,55	22,5
	гор.напиток	459	Чай с лимоном	200		39,02	0,03	0,1	9,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	60		120,88	4,73	0,6	24,14
		14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10		74,64	0,08	8,2	0,13
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	80		75,6	1,2	0,4	16,8
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп рисовый с мясом	250		176,22	10,1	6,7	18,88
	2 блюдо	142	Картофель и овощи тушеные в соусе	150		216,99	3,26	12,59	22,66
	гарнир	42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60		59,79	1,05	3,71	5,55
	напиток	459	Чай с лимоном	180		35,13	0,03	0,09	8,55
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		144,28	4,74	0,6	29,98
	хлеб черн.								