Школа	ГБОУ ФМЛ № 366	Отд./корп		Дата	3/11/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Макароны отварные с сыром	160/15		303.50	13.40	13.90	32.60
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	200/5		60.00	0.20	0.10	15.00
	хлеб								
	фрукты	338	Апельсин свежий	170		73.10	1.53	0.34	13.77
	булочное	1.3	Бутерброд с джемом	45		86.80	2.20	1.20	16.80
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	1.4	Салат из свежей капусты	60		52.20	0.71	3.20	4.60
	1 блюдо	2.1	Уха "Невская" с горбушей	200/30		110.80	6.50	2.36	15.70
	2 блюдо	10.1	Плов с куриным филе	240		345.40	13.47	16.44	36.10
	гарнир								
	напиток	13.1	Компот из свежих яблок	200		87.80	0.20	0.20	20.10
	хлеб бел.	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136.00	4.00	2.32	25.98
	хлеб черн.	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40		92.00	3.20	1.70	20.40
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								