

Школа

ГБОУ ФМЛ № 366

Отд./корп

День

5/19/2026

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|---|----------|--------|--------------|-------|--------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | ТТК-5.2 | Макароны отварные с сыром | 155 | 49.50 | 244.20 | 8.21 | 10.36 | 29.60 |
| | гор.напиток | 431/2008 | Чай с сахаром | 200 | 5.00 | 60.00 | 0.20 | 0.10 | 15.00 |
| | хлеб | ТТК-1.3 | Бутерброд с повидлом | 45 | 15.00 | 86.80 | 2.20 | 1.20 | 16.80 |
| | кисломол. | ТТК-16.3 | Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | 45.00 | 107.56 | 5.92 | 5.08 | 9.38 |
| | | | | 600 | 114.50 | 498.56 | 16.53 | 16.74 | 70.78 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | ТТК-1.66 | Салат из свежих помидоров с маслом | 60 | 13.00 | 16.20 | 0.65 | 1.68 | 3.14 |
| | 1 блюдо | 98/228 | Суп рыбный с картофелем и перловой крупой | 210 | 30.00 | 103.00 | 4.78 | 2.27 | 15.68 |
| | 2 блюдо | ТТК-9.5 | Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом | 120 | 45.80 | 180.00 | 7.10 | 10.21 | 9.46 |
| | гарнир | ТТК-4.7 | Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему" | 150 | 18.00 | 97.40 | 3.60 | 4.60 | 10.40 |
| | напиток | ТТК-13.1 | Напиток из шиповника | 200 | 15.00 | 87.80 | 0.20 | 0.20 | 20.10 |
| | хлеб бел. | ТТК-15.1 | Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | 5.00 | 136.00 | 4.00 | 2.32 | 25.98 |
| | хлеб черн. | ТТК-15.2 | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40 | 5.00 | 92.00 | 3.20 | 1.70 | 20.40 |
| | фрукты | 338/2011 | Яблоко свежее | 100 | 40.00 | 44.40 | 0.40 | 0.40 | 9.80 |
| | | | 930 | 171.80 | 756.80 | 23.93 | 23.38 | 114.96 | |