

Школа

МАОУ "Лицей № 102"

Отд./корп

Дата

25.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	617	пудинг творожный со сгущ.мол.	235	50,31	253,51	20,32	7,61	25,93
	бутерброд	379	бутерброд с маслом	30	14,95	137,50	1,27	11,30	7,70
	гор.напиток	286	кофейный напиток с молоком	200	14,00	118,68	2,79	3,19	19,71
	хлеб	пром.	хлеб пшеничный, ржаной	35	3,70	34,74	4,00	0,02	6,90
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	пром.	овощи свежие или соленые или консерв.	60	9,20	24,12	1,80	0,12	3,90
	1 блюдо	135	суп из овощей	200	19,50	85,56	2,96	4,50	8,29
	2 блюдо	172	рыба тушеная в томате с овощами	210	40,20	244,40	20,32	11,24	10,50
	гарнир	241	картофельное пюре	150	17,90	170,45	3,19	6,06	23,29
	напиток	283	Компот из смеси сухофруктов	200	8,75	113,79	0,56	0,00	27,89
	хлеб бел.	пром.	хлеб пшеничный	50	5,25	59,18	1,03	0,38	12,90
	хлеб черн.	пром.	хлеб ржаной	33	3,50	39,46	1,00	0,06	8,60
	фрукты	пром.	фрукт (яблоко, апельсин, банан)	350	20,14	36,67	0,75	0,08	8,24
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Директор МАОУ "Лицей № 102"



В.А. Лесняк



