

Школа

ФМОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское СОШ д.Азиевеево

Отд./корп

Рук.филиала

А.Р.Султанов

День

30.12.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                                                                     | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-5м-1г  | Сложный гарнир: Котлета из курицы,Макароны отварные,Соус красный основной |          |        |              |       |      |          |
|            | гор.напиток | 54-3н     | Чай с лимоном                                                             | 260      | 64,95  | 363          | 23    | 9    | 47       |
|            | хлеб        | 54-19з; П | Хлеб пшеничный с маслом сливочным                                         | 200      | 3,10   | 28           | 0     | 0    | 7        |
|            |             |           |                                                                           | 40       | 14,16  | 136          | 2     | 8    | 15       |
| Завтрак 2  | фрукты      |           |                                                                           |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 54-11з    | Салат из моркови с яблоками                                               |          |        |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 54-18с    | Свекольник со сметаной                                                    | 90       | 10,94  | 111          | 1     | 9    | 6        |
|            | 2 блюдо     | 54-9м     | Жаркое по-домашнему                                                       | 250      | 16,63  | 111          | 2     | 5    | 13       |
|            | гарнир      |           |                                                                           | 200      | 114,12 | 318          | 20    | 19   | 17       |
|            | сладкое     | 54-1хн    | Компот из смеси сухофруктов                                               |          |        |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   | Пром.     | Хлеб пшеничный                                                            | 200      | 5,86   | 81           | 0     | 0    | 20       |
|            | хлеб черн.  | Пром.     | Хлеб ржаной                                                               | 30       | 3,24   | 70           | 2     | 0    | 15       |
|            | сладкое     |           |                                                                           | 25       | 2,16   | 43           | 2     | 0    | 8        |