Школа ФМОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское СОШ д.Азикеево Отд./корп Рук.филиала А.Р.Султанов День 12.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-10р-4к	Сложный гарнир: Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша),Каша гречневая рассыпчатая	280	93,67	472	26	19	49
	гор.напиток	54-32хн	Компот из свежих яблок	200	8,31	42	0	0	10
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,16	70	2	0	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-9з	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	90	10,43	108	1	9	5
	1 блюдо	54-32с	Уха ростовская	250	28,17	116	8	4	12
	2 блюдо	54-29м	Фрикадельки из говядины	90	63,90	172	12	11	6
	гарнир	54-27г	Рис припущенный с томатом	180	12,71	240	5	5	44
	сладкое	54-20хн	Кисель из апельсинов	200	21,64	60	0	0	14
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	30	3,24	70	2	0	15
	хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржаной	25	2,16	43	2	0	8