

Школа

МБОУ "Поисевская СОШ"



И.С. Нургалиева

Дата 17.12.2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор.блюдо	174	Каша рисовая молочная со сл. маслом	203	294	6	11
	гор.напит	тк 1	Чай полусладкий	200	21	0	0
		1	Хлеб пшеничный	60	142	5	0
							30
Завтрак	гор.блюдо	20	Гречка Полевая с мясом	200	69,17	343	19
	гор.напит	388	Напиток из шиповника	200	1,5	88	1
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	30	2,31	71	2
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,52	44	1
	закуска	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	25	47	0
							0
Завтрак	гор.блюдо	20	Гречка Полевая с мясом	230	79,54	394	22
	гор.напит	388	Напиток из шиповника	200	1,5	88	1
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50	2,31	118	4
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,52	66	2
	закуска	338	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	25	47	0
							0
Завтрак 2	фрукты						
Обед	закуска						
	1 блюдо						
	2 блюдо						
	гарнир						
	напиток						
	хлеб бел.						
	хлеб черн.						
Полдник	булочное						
	напиток						
Ужин	гор.блюдо						
	гарнир						
	напиток						
	хлеб						
Ужин 2	кисломол.						
	булочное						
	напиток						
	фрукты						