

| Школа      | ООШ с. Верхнебельский филиал МОБУ СОШ с. Тирлянский |         |                                                   |          | Отд./корп | День 15.12.2025 |       |       |          |
|------------|-----------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------|----------|-----------|-----------------|-------|-------|----------|
| Прием пищи | Раздел                                              | № рец.  | Блюдо                                             | Выход, г | Цена      | Калорийность    | Белки | Жиры  | Углеводы |
| Завтрак    | гор.блюдо<br>гор.напиток<br>хлеб                    | 175,132 | Каша гречневая с шницелем из птицы с белым соусом | 265      | 71,09     | 468             | 20,30 | 17,20 | 57,72    |
|            |                                                     | 284     | Чай с лимоном и сахаром                           | 200      |           | 41              | 0     | 0     | 10       |
|            |                                                     |         | Хлеб пшеничный обогащенный                        |          |           | 93,76           | 3,04  | 0,32  |          |
|            |                                                     | 1       | витаминами для детского питания                   | 40       |           |                 |       |       | 20       |
|            |                                                     | 25      | Яблоко                                            | 100      |           | 44              | 0     | 0     | 10       |
| Завтрак 2  | фрукты                                              |         |                                                   |          |           |                 |       |       |          |
| Обед       | закуска                                             |         |                                                   |          |           |                 |       |       |          |
|            | 1 блюдо                                             | 52      | Щи из свежей капусты с картофелем                 | 208      | 79,73     | 86,19           | 1,48  | 5,73  | 7        |
|            | 2 блюдо                                             | 134     | Плов из курицы                                    | 250      |           | 384,02          | 16,26 | 28,74 | 29       |
|            | гарнир                                              |         |                                                   |          |           |                 |       |       |          |
|            | сладкое                                             |         | Чай витаминизированный "Витошка"                  | 200      |           | 106,91          | 0,1   | 0,1   | 26,4     |
|            |                                                     |         | Хлеб пшеничный обогащенный                        | 35       |           | 82,04           | 2,66  | 0,28  |          |
|            | хлеб бел.                                           | 1       | витаминами для детского питания                   |          |           |                 |       |       | 17       |
|            | хлеб черн.                                          | 2       | Хлеб ржаной                                       | 30       |           | 58,44           | 1,83  | 0,38  | 12       |