



Карпова Е.В.

|            |                                 |         |                                                 |           |        |              |       |      |            |
|------------|---------------------------------|---------|-------------------------------------------------|-----------|--------|--------------|-------|------|------------|
| Школа      | ГБОУ СОШ №541 Курортного района |         |                                                 | Отд./корп | 7-11   | 8 День       |       |      | 30.09.2026 |
| Прием пищи | Раздел                          | № рец.  | Блюдо                                           | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы   |
| Завтрак    | гор.блюдо                       | 36/2    | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130       |        | 115          | 2     | 5    | 16         |
|            | гор.напиток                     | 44/2    | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                      | 180       |        | 77           | 2     | 2    | 13         |
|            | хлеб                            | 10/2    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 20        |        | 53           | 2     | 1    | 11         |
|            | гор.блюдо                       | 122/2   | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                               | 70        |        | 78           | 5     | 5    | 1          |
|            | хол.блюдо                       | 16/2    | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                               | 35        |        | 107          | 5     | 5    | 11         |
|            | фрукты                          | 1/2/2   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)                           | 100       | 114,50 | 47           | 0     | 0    | 10         |
| Завтрак 2  | фрукты                          |         |                                                 |           |        |              |       |      |            |
|            |                                 |         |                                                 |           |        |              |       |      |            |
|            |                                 |         |                                                 |           |        |              |       |      |            |
| Обед       | закуска                         | 120/2   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                        | 60        |        | 48           | 1     | 3    | 5          |
|            | 1 блюдо                         | 132/2   | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ                        | 200       |        | 98           | 4     | 3    | 14         |
|            | 2 блюдо                         | 11/2/2  | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)             | 90        |        | 193          | 11    | 11   | 13         |
|            | гарнир                          | 45/2    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                     | 150       |        | 158          | 3     | 5    | 29         |
|            | напиток                         | 113/2/1 | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)                     | 200       |        | 110          | 1     | 0    | 25         |
|            | хлеб бел.                       | 10/2    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 20        |        | 53           | 2     | 1    | 11         |
|            | хлеб черн.                      | 89/2    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 40        | 171,80 | 88           | 3     | 0    | 19         |
|            |                                 |         |                                                 |           |        |              |       |      |            |
|            |                                 |         |                                                 |           |        |              |       |      |            |
|            |                                 |         |                                                 |           |        |              |       |      |            |