



| Школа      |             | ГБОУ СОШ №541 Курортного района |                                                          |          | Отд./корп | 12-18        | 1 День |      | 19.10.2026 |
|------------|-------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------|----------|-----------|--------------|--------|------|------------|
| 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 | 92/2                            | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                            | 180      |           | 56           | 2      | 1    | 10         |
|            | хлеб        | 10/2                            | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 40       |           | 107          | 3      | 1    | 21         |
|            | гор.блюдо   | 114/2 26                        | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                                        | 100      |           | 266          | 13     | 11   | 29         |
|            | кисломол.   | 29/2                            | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                              | 180      |           | 97           | 5      | 5    | 20         |
| Завтрак 2  | фрукты      |                                 |                                                          |          |           |              |        |      |            |
|            |             |                                 |                                                          |          |           |              |        |      |            |
|            |             |                                 |                                                          |          |           |              |        |      |            |
| Обед       | закуска     | 384/2                           | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 100      |           | 96           | 1      | 6    | 8          |
|            | 1 блюдо     | 111/2                           | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)                | 250      |           | 98           | 3      | 7    | 6          |
|            | 2 блюдо     | 112/2                           | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ                            | 280      |           | 328          | 19     | 13   | 33         |
|            | гарнир      |                                 |                                                          |          |           |              |        |      |            |
|            | напиток     | 98/2                            | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                         | 200      |           | 105          | 1      | 0    | 25         |
|            | хлеб бел.   | 10/2                            | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 40       |           | 107          | 3      | 1    | 21         |
|            | хлеб черн.  | 89/2                            | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 60       |           | 133          | 4      | 1    | 28         |
|            | фрукты      | 1/2/4                           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                   | 100      | 336,40    | 47           | 0      | 0    | 10         |