



С=RU, О=ГБОУ СОШ с.
Екатериновка,
СН=Захарова Инна
Аркадьевна,
E=so_ekater_sch@samara.e
du.ru

Школа

ГБОУ СОШ с. Екатериновка день 4/неделя 1

Отд./корп

День

20.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком	170	99,00	329,850	21,210	11,950	33,580
	гор напиток	376	Чай с сахаром	210		39,900			9,980
	хлеб	ТТК	Пшеничный	40		99,900	2,930	1,200	20,000
	фрукты	338	Фрукт сезонный	200		122,200	1,040	1,040	25,480
	витамин-я								
	итого			620	99,00	591,850	25,180	14,190	89,040
Обед	закуска	67	Винегрет овощной	60	129,00	85,820	0,860	6,110	5,500
	1 блюдо	88,03	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	206		91,850	1,660	5,160	7,610
	2 блюдо	297/505	Фрикадельки из кур с томатным соусом	100		153,570	9,070	9,320	8,330
	гарнир	199	Гороховое пюре с маслом	155		132,000	7,600	4,700	14,800
	напиток	345	Компот ягодный	180		66,050	0,200	0,120	15,690
	хлеб бел.	ТТК	Пшеничный	50		124,880	3,670	1,500	25,000
	хлеб черн.	ТТК	Ржаной	40		75,520	2,400	0,400	17,580
	итого			791	129,00	729,690	25,460	27,310	94,510
	итого за день			1411	228,00	1321,540	50,640	41,500	183,550