Школа МБОУ ШКОЛА № 112 Г.О. САМАРА Отд/корп День 19.10.2026

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	Омлет натуральный	60	85,00	37,80	4,83	1,27	1,86
Завтрак	гор. блюдо	Макароны отварные с сыром	140		474,26	10,52	12,42	80,10
Завтрак	гор. напиток	Чай с сахаром	212		48,50	0,07	0,02	12,00
Завтрак	хлеб	Батон " Школьный "	60		136,80	3,80	1,86	26,20
Завтрак		Десерт фруктовый	100		44,40	0,40	0,40	9,80
Обед	1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем, сметана, зелень	207	114,91	91,10	1,57	4,68	8,93
Обед	2 блюдо	Тефтели мясные (1-й вариант) в соусе	90		135,07	7,48	7,75	8,85
Обед	гарнир	Каша рассыпчатая гречневая	190		332,50	10,50	11,34	47,30
Обед	напиток	Компот из смеси сухофруктов	200		110,60	0,65	0,09	26,80
Обед	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30		65,10	2,01	0,30	13,59
Обед	хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	30		60,30	2,31	0,42	11,31
Полдник	гор. напиток	Чай с сахаром	212	39,46	48,50	0,07	0,02	12,00
Полдник		Печенье творожное " Ракушка "	100		561,00	11,10	27,90	61,00