

Школа

Котельниковский филиал МБОУ "Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

День

6 20.01.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	91	Салат из белокочанной капусты	100	4,50	49	1	3	3
	1 блюдо	204	Суп картофельный с крупой	250	10,80	84	3	3	17
	2 блюдо	862	Куры отварные	120	16,80	165	15	20	0
	гарнир	891	Рис отварной	180	7,78	195	3	4	36
	сладкое	1184	Какао с молоком	200	10,00	154	4	4	26
	хлеб бел.	481	Хлеб пшеничный	60	2,40	128	5	1	29
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	4,11	71	3	1	15
	сладкое		Печенье	33	13,45	56	1	2	8
фрукты		Банан	100	11,66	96	1	0	19	

Школа

Котельниковский филиал МБОУ "Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

День

7 21.01.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	133	винегрет овощной	100	2,26	52	1	2	7
	1 блюдо	274	Борщ из свежей капусты	250	12,44	108	3	2	19
	2 блюдо	727	Поджарка	120	18,40	155	16	9	3
	гарнир	897	Макароны отварные	180	6,67	208	5	8	30
	сладкое	1167	Чай с сахаром	200	13,88	61	0	0	15
	хлеб бел.	481	Хлеб пшеничный	60	2,40	128	5	1	29
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	4,11	71	3	1	15
	сладкое		Печенье	33	11,12	56	1	2	8
	фрукты		яблоко	100	10,22	83	1	1	17



Школа

Котельниковский филиал МБОУ "Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

День

9 23.01.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	133	винегрет овощной	100	5,03	52	1	2	7
	1 блюдо	334	суп с мак.изд. и картофелем	250	9,04	108	3	2	19
	2 блюдо	666	котлета рыбная	120	21,20	141	9	6	11
	гарнир	903	Картофельное пюре	180	7,00	123	3	5	18
	сладкое	1081	Компот из смеси сухофруктов	200	5,32	103	1	0	25
	хлеб бел.	481	Хлеб пшеничный	60	2,40	128	5	1	29
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	4,11	71	3	1	15
	фрукты		Банан	100	11,90	96	1	0	19
	сладкое		Печенье	33	15,50	56	1	2	8

Школа

Котельниковский филиал МБОУ "Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

День

10.24.01.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51	Икра кабачковая	100	7,46	47	2	1	14
	1 блюдо	204	Суп картофельный с крупой	250	15,80	84	3	3	17
	2 блюдо	768	Гуляш	120	20,15	135	14	17	5
	гарнир	897	Макароны отварные	180	6,65	208	5	8	30
	сладкое	1167	Чай с сахаром	200	5,82	61	0	0	15
	хлеб бел.	481	Хлеб пшеничный	60	2,40	128	5	1	29
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	40	4,11	71	3	1	15
	фрукты		яблоко	100	10,50	83	1	1	17
	сладкое		Печенье	33	8,61	56	1	2	8