

Школа

ГБОУ"ЦЕНТР"ДАР"

Отд./корп

День

28.01.2026

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-21к | Каша вязкая молочная ячневая          | 150      | 14,56 | 223          | 6     | 10   | 28       |
|            | гор.напиток | 54-4гн | Чай с молоком                         | 200      | 6,40  | 87           | 4     | 4    | 15       |
|            | хлеб        | пром   | Хлеб 1с обогащенный витаминной смесью | 20       | 1,86  | 47           | 2     | 0    | 10       |
|            | хлеб        | пром   | Хлеб Дарницкий новый                  | 20       | 1,66  | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | фрукты      |        | Яблоко                                | 135      | 18,22 | 64           | 1     | 1    | 13       |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                       |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                       | 525      | 42,70 | 465          | 14    | 15   | 75       |
| Обед       | закуска     |        |                                       |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 54-3с  | Рассольник Ленинградский              | 200      | 16,61 | 156          | 3     | 8    | 17       |
|            | 2 блюдо     | 54-5м  | Котлета из курицы                     | 90       | 29,59 | 157          | 14    | 7    | 10       |
|            | гарнир      | 54-8г  | Капуста тушеная                       | 150      | 15,10 | 120          | 3     | 4    | 17       |
|            | сладкое     |        |                                       |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   | пром   | Хлеб 1с обогащенный витаминной смесью | 40       | 3,73  | 94           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн.  | пром   | Хлеб Дарницкий новый                  | 20       | 1,66  | 44           | 1     | 0    | 9        |
|            | напиток     | пром   | Сок для детского питания              | 200      | 15,60 | 92           | 1     | 0    | 20       |
|            |             |        | 700                                   | 82,29    | 663   | 25           | 19    | 92   |          |