Школа	ГБОУ №454	Отд./корп		День	23.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Макароны с сыром	160	99,9	318,00	8,80	13,71	37,50
	гор.напиток	К № 208	Чай с сахаром и апельсином	185		27,40	0,25	0,01	6,90
	хлеб	ГК № 19	Батон нарезной обогащенный микронутриент	25		87,92	1,57	0,61	14,87
		213	Яйцо вареное	40		63,00	4,58	2,38	0,30
	фрукты	ГК № 20	Фрукты свежие	100		43,00	0,90	0,20	8,10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	70/2	Огурец соленый кусочком	60	149,8	7,80	0,48	0,06	1,02
	1 блюдо	80	Борщ сибирский со сметаной	210		185,00	4,50	6,70	13,50
	2 блюдо	243	Зразы рыбные рубленые	90		164,20	10,87	9,24	13,20
	гарнир	335	Пюре картофельное	150		162,92	3,28	7,24	22,06
	сладкое								
	хлеб бел.	ГК № 19	Батон нарезной обогащенный микронутриент	50		131,00	3,75	1,45	25,70
	хлеб черн.	ГК № 19	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		81,58	2,65	0,35	16,96
	напиток	ГК № 21	Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180		87,75	0,07	0,05	22,34