Школа	МБОУ СОШ № 1 ЗАТО Озерный Тверской области	Отд./корп		День	07.10.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом и сг.молоком	180	130,00	370	10	11	60
	закуска	3	Бутерброд с сыром	60		127	7	6	12
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	фрукты	пр	Фрукты свежие	100		52	1	1	12
	сладкое	пр	Кондит. изделие	20		109	2	4	13
Завтрак 2									
Обед	1 блюдо	92	Щи из квашеной капусты со сметаной	205	82,39	79	2	5	6
	2 блюдо	290	Курица тушеная	130		366	26	28	3
	гарнир	309	Макароны отварные	180		203	7	5	32
	напиток	355	Кисель плодово-ягодный	200		115	0	0	30
	хлеб черн.	пр	Хлеб ржаной	40		92	1	0	20
	хлеб бел.	пр	Хлеб пшеничный	40		98	3	0	28