Школа	МБОУ СОШ № 1 ЗАТО Озерный Тверской области	Отд./корп		День	18.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	150	130,00	276	14	23	3
	закуска	пр	Закуска порц. Кукуруза конс	60		69	3	1	20
	закуска	6	Бутерброд с ветчиной	60		168	8	11	9
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб бел.	пр	Хлеб пшеничный	30		74	2	0	21
	напиток	пр	Сок	200		90	0	0	22
Завтрак 2									
Обед	1 блюдо	96	Рассольник "Ленинградский"	210	82,39	113	2	6	18
	2 блюдо	291	Плов	200		351	25	14	36
	закуска	62	Салат из моркови	60		32	1	0	7
	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	20		49	2	0	14