



Школа	ГКОУ школа № 8 г. Лабинска		12 лет и старше				День	18.04.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	пудинг из творога запеченный	200	99,35	381,33	30,13	10,66	41,33
	гор.напиток	382	какао с молоком	200	13,53	118,52	4,08	3,54	17,58
	хлеб	11/1	хлеб пшеничный	40	2,48	89,3	2,38	0,29	16,86
	закуска	61	салат из моркови с яблоком	100	12,43	140,83	2,83	2,17	27,5
			фрукты свежие (яблоко)	120	22,5	115,2	1,8	1,8	25,2
	сладкое	101/1	сгущенное молоко	30	10,99	63,54	4,5	7,5	23,76
итого за завтрак				690	161,28	908,72	45,72	25,96	152,23
Обед	закуска	47	салат из белокочанной капусты	100	12,71	71,17	1,42	4,17	7
	1 блюдо	108	суп картофельный с клецками	250	10,53	141,8	2,5	2,38	14,74
	2 блюдо	239	фишболы	100	39,33	128,58	7,93	6,58	9,41
	гарнир	178	каша рисовая с морковью	180	13,71	220,79	3,48	6,48	32,64
	хлеб бел.	11/1	хлеб пшеничный	60	4,73	133,94	3,58	0,43	25,3
	хлеб черн.	12/1	хлеб ржаной	40	4	80,83	2,24	0,45	18,16
	напиток	389	сок фруктовый	200	21,67	84,8	1	0	20,2
итого за обед				930	106,68	861,91	22,15	20,49	127,45