



Школа	ГКОУ школа № 8 г. Лабинска		7-11 лет		День	16.04.2025				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	260	гуляш из говядины	100	71,22	221	14,55	16,79	2,89	
	гор.напиток	388	напиток из плодов шиповника	200	5,84	62	0,3	0	15,2	
	хлеб черн.	12/1	хлеб ржаной	25	2,44	50,52	1,4	0,28	11,35	
	хлеб бел.	11/1	хлеб пшеничный	40	2,88	89,3	2,38	0,29	16,86	
	закуска	131/1	зеленый горошек консервированный	60	11,22	66,9	3,4	2,5	7,7	
	гор.блюдо	178	каша рисовая с морковью	150	11,35	209	5,4	27,2	209	
	итого за завтрак				575	104,95	698,72	27,43	47,06	263
Обед	закуска	55	салат из свеклы с огурцами солеными	60	7,61	22,2	0,7	1	2,6	
	1 блюдо	113/1	суп-лапша домашняя	200	7,72	92,6	2,05	4,43	9,3	
	2 блюдо	454	котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	53,69	191,7	12,78	10,26	11,7	
	гарнир	139	капуста тушеная	150	21,05	141	3,75	6,9	16,05	
	хлеб бел.	11/1	хлеб пшеничный	40	2,88	89,3	2,38	0,29	16,86	
	хлеб черн.	12/1	хлеб ржаной	20	1,93	40,42	1,12	0,22	9,08	
	напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200	3,92	131,49	0,66	0,09	32,01	
	фрукты	338	фрукты свежие (яблоко кубанское)	150	22,5	55,5	0,5	0,5	12,25	
итого за обед				910	121,30	764,21	23,94	23,69	109,85	