Школа	МОБУ СОШ № 20 п. Каменск	Отд./корп	10.03.25	День	1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	25	салат из свежих помидор и яблок	60	25	44	0	3	3
	1 блюдо	102	суп картофельный с горохом	200	30,5	136	5	9	13
	2 блюдо	295	котлета рубленая из курицы	90	47,5	259	11	14	1
	гарнир	723	сложный гарнир	150	15,25	125	3	5	27
	сладкое	пв	сок персиковый	200	26	126	1	0	30
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	45	4,14	105	3	0	22
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	25	2,55	43	2	0	8

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 42FBD7AEA199BB89F4A9A51025AEC7C2
Владелец: Семеняк Альбина Михайловна
Действителен: с 06.02.2025 до 02.05.2026

Школа	МОБУ СОШ № 20 п. Каменск	Отд./корп	11.03.25	День	2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	13	салат из свежих огурцов	60	29	40	0	4	1
	1 блюдо	134	рассольник ленинградский с мясом	220	27	160	6	15	4
	2 блюдо	229	рыба тушеная в томате с овощами	100	35	105	10	5	4
	гарнир	168	рис отварной	150	17,3	210	4	5	37
	сладкое	394	компот из изюма	200	8,7	110	0	1	27
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	45	4,14	94	3	0	19
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	25	2,55	52	2	0	10
	фрукты	ПВ	яблоко	100	21,00	50	0	0	11

Школа	МОБУ СОШ № 20 п. Каменск	Отд./корп	12.03.25	День	3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	106	помидоры свежие	60	25	14	1	0	2
	1 блюдо	104	суп картоф. с мясными фрикадельками	200	33	97	2	3	14
	2 блюдо	289	рагу из курицы	240	54,5	281	13	20	21
	гарнир								
	сладкое	пв	сок яблочный	200	26	85	1	0	20
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	45	4,14	105	3	0	22
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	25	2,55	43	2	0	8
	фрукты	ПВ	банан	100	18,00	106	2	1	23

Школа	МОБУ СОШ № 20 п. Каменск	Отд./корп	13.03.25	День	4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	18	салат зеленый с яйцом	60	18	40	1	4	1
	1 блюдо	99	суп из овощей	200	7,8	76	1	4	7
	2 блюдо	367	гуляш из говядины	100	62,4	247	12	16	20
	гарнир	302	макароны отварные	150	9,3	168	5	4	26
	сладкое	859	компот из свежих плодов	200	9,1	110	0	0	22
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	45	4,14	105	3	0	22
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	25	2,55	43	2	0	8
	фрукты	ПВ	апельсин	100	25,00	44	1	0	9

Школа	МОБУ СОШ № 20 п. Каменск	Отд./корп	14.03.25	День	5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	106	огурец свежий	60	25	8	0	0	1
	1 блюдо	82	борщ со сметаной	200	12,7	88	2	5	13
	2 блюдо	295	котлеты рубленные из курицы	90	45	259	11	14	1
	гарнир	694	картофельное пюре	150	18,5	112	3	8	22
	сладкое	349	компот из с/фруктов	200	6	133	1	0	32
	хлеб бел.	ПВ	хлеб пшеничный	45	4,14	105	3	0	22
	хлеб черн.	ПВ	хлеб ржаной	25	2,55	43	2	0	8