|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | ГПОУ ЯО Борисоглебский политехнический колледж | | | Отд./корп . |  |  | День | 12.05.2025 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак |  | 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 53 | 3,0 | 4,0 | 0,0 |
| Горячее блюдо | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 400 | 20,0 | 34,0 | 4,0 |
| Напиток | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 147 | 4,0 | 4,0 | 24,0 |
| Хлеб |  | БАТОН | 40 | 105 | 3,0 | 1,0 | 21,0 |
| Фрукты |  | ЯБЛОКО | 100 | 47 | 0,0 | 0,0 | 10,0 |
| Обед | 1-е блюдо | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 128 | 4,0 | 9,0 | 8,0 |
|  | 528 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | 50 | 33 | 0,0 | 2,0 | 3,0 |
| 2-е блюдо | 51 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | 85 | 139 | 11,0 | 5,0 | 13,0 |
| Гарнир | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 180 | 247 | 4,0 | 5,0 | 45,0 |
| Напиток | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 |
| Хлеб |  | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 50 | 102 | 3,0 | 0,0 | 21,0 |

.