

## 1-9 классы

Школа

Покчинская ООШ им.И.И.Широкшина

Отд./корп

День

29.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	264	каша пшеничная	205	20	304	7	8	46
	гор.напиток	391	кофейный напиток с молоком	200	15	91	3	0	20
	хлеб		хлеб пшеничный	80	8	94	0	0	20
		75	сыр порциями	20	17	72	5	6	0
				30					
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	148	помидор свеж	60	10	9	1	0	2
	1 блюдо	128	борщ со свежей капустой с картоф	250	33	95	2	4	11
	2 блюдо	295	биточки из куры	90	30	198	11	13	8
	гарнир	294	макаронные изд отварные	180	10	208	7	5	35
	сладкое	401	компот из яблок	200	10	0	0	28	115
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб ржано пшеничный	80	8	103			11

## Детский сад

Школа

Покчинская ООШ им.И.И.Широкшина

Отд./корп

День

29.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сырники из творога	150					
	гор.напиток		чай	200					
	хлеб		батон	60					
			сыр	10					
Завтрак 2	фрукты		груша						
Обед	закуска		помидор свеж	50					
	1 блюдо		рассольник ленинград	250					
	2 блюдо		котлета мясная	70					
	гарнир		макаронные изд отварные	100					
	сладкое		компот из схф	200					
	хлеб бел.		хлеб ржано пшеничный	60					
	хлеб черн.								
			пряники						
			молоко	200					