

## 1-9 классы

Школа

Покчинская ООШ им.И.И.Широкшина

Отд./корп

День

30.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	267	каша пшенная	200	14	284	8	9	36
	гор.напиток	381	чай с/с	200	5	62	0	0	15
	хлеб		хлеб пшеничный	80	6	94	0	0	20
		75	сыр порциями	20	17	72	5	6	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	148	огурец свеж	60	7	9	1	0	2
	1 блюдо	142	щи со свеж капустой	250	26	83	2	5	8
	2 блюдо	255	котлета мясная	70	45	184	13	6	15
	гарнир	295	каша гречневая	150	15	225	2	7	39
	сладкое	399	компот из схф	200	12	112	1	0	27
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб ржано пшеничный	80	6	103			11

## Детский сад

Школа

Покчинская ООШ им.И.И.Широкшина

Отд./корп

День

30,12,25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша пшенная	200					
	гор.напиток		какао с молоком	200					
	хлеб		батон	50					
			сыр	10					
Завтрак 2	фрукты		мандарины						
Обед	закуска		огурец консерв	50					
	1 блюдо		суп овощной с курой	200					
	2 блюдо		тефтели мясные с рисом	70					
	гарнир		пюре картофельное	150					
	сладкое		кисель	200					
	хлеб бел.		хлеб ржано пшеничный	30					
	хлеб черн.								
			кекс						
			сок	200					