Школа	МАОУ "СОШ № 153 г. Челябинска"	Отд./корп		День	31.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	121/196	Омлет натуральный с мясом,каша гречневая	280	77,50	678	34	35	57
	гор.напиток	265	Чай с/с	200	3,19	61	0	0	15
	хлеб		Батон	60	4,46	204	6	0	36
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	40	Суп картофельный с курицей	285	21,34	175	10	5	5
	2 блюдо	171	Котлета из говядины	55	54,62	242	11	11	7
	гарнир	221	Овощи отварные	200	20,73	133	2	8	12
	сладкое		Сок(0.2)	200	18,85	52	0	0	52
	хлеб бел.		Батон	60	4,46	204	6	4	36
	хлеб черн.								