Школа	МОУ "Средняя школа № 3"	Отд./корп		Дата	10.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1т	Запеканка из творога с молочным соусом	150		293,70	16,00	14,90	23,90
	гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	55		133,00	2,70	1,00	28,30
	фрукты		Фрукт (апельсин)	100		39,60	0,10	0,00	9,80
	ИТОГО			505,00	95,00	493,10	19,00	15,90	68,50
Завтрак 2									
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	60		51,60	0,80	3,60	4,00
	1 блюдо	54-4с	Рассольник домашний	200		93,40	1,60	4,60	11,40
	2 блюдо	439*	Печень говяжья тушеная	90		172,20	11,16	11,40	6,20
	гарнир	302*	Каша гречневая	150		173,80	5,90	5,80	24,50
	напиток		Сок	200		93,20	0,50	0,00	22,80
	хлеб бел.		Хлеб ржаной, пшеничный	90		212,00	4,50	1,50	43,20
	ИТОГО			790,00	95,00	796,20	24,46	26,90	112,10
Полдник									
Ужин									
Ужин 2									