Школа	МОУ "Средняя школа № 3"	Отд./корп		Дата	14.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		54-1з	Сыр в нарезке	15		53,8	3,5	4,4	0,0
	гор.блюдо	302*	Каша молочная геркулесовая	200		199,0	6,2	7,6	26,5
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	180		96,8	3,9	4,0	11,3
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	50		120,0	2,5	0,8	25,8
	фрукты		Фрукт (яблоко)	100		44,5	0,1	0,1	10,8
	ИТОГО			545,00	95,00	514,10	16,20	16,90	74,40
Завтрак 2									
Обед	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем	200		86,30	1,60	4,30	10,30
	2 блюдо	54-4м	Котлета мясная с соусом	90		270,70	15,90	16,30	15,10
	гарнир	54-10г	Картофель отварной в молоке	150		169,00	4,50	5,00	26,50
	напиток	54-1хн	Компот из сухофруктов	190		77,00	0,50	0,00	18,80
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	70		168,00	3,50	1,20	35,70
	ИТОГО			700,00	95,00	771,00	26,00	26,80	106,40
Полдник									
Ужин									
Ужин 2									