| Школа | МОУ "Средняя школа № 3" | Отд./корп | | Дата | 10.12.2024 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 54-2о | Омлет с зеленым горошком | 200 | | 214,0 | 12,00 | 14,50 | 8,90 |
| | гор.напиток | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 | | 26,8 | 0,20 | 0,00 | 6,50 |
| | булочное | 441* | Выпечное изделие | 50 | | 155,8 | 4,40 | 3,80 | 26,00 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной, пшеничный | 50 | | 120,0 | 2,50 | 0,80 | 25,80 |
| | ИТОГО | | | 500,00 | 95,00 | 516,60 | 19,10 | 19,10 | 67,20 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 54-8з | Салат из капусты с морковью | 60 | | 73,00 | 1,00 | 5,00 | 6,00 |
| | 1 блюдо | 54-25с | Суп картофельный с горохом | 200 | | 110,80 | 4,10 | 4,00 | 14,60 |
| | 2 блюдо | 54-11р | Рыба тушеная с овощами | 90 | | 156,10 | 13,70 | 8,40 | 6,30 |
| | гарнир | 54-6г | Рис отварной | 150 | | 209,00 | 3,60 | 5,40 | 36,50 |
| | напиток | 54-21хн | Компот из свежих яблок | 200 | | 41,50 | 0,10 | 0,10 | 9,90 |
| | хлеб бел. | | Хлеб ржаной, пшеничный | 70 | | 168,00 | 3,50 | 1,20 | 35,70 |
| | ИТОГО | | | 770,00 | 95,00 | 758,40 | 26,00 | 24,10 | 109,00 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |