| Школа | МОУ "Средняя школа № 3" | Отд./корп | | Дата | 15.01.2025 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | | 54-19з | Масло сливочное | 10 | | 74,8 | 0,1 | 8,2 | 0,1 |
| | гор.блюдо | 54-5м | Котлета из курицы | 50 | | 87,7 | 9,5 | 2,5 | 6,8 |
| | гарнир | 54-11г | Картофельное пюре | 150 | | 139,4 | 3,2 | 5,2 | 19,8 |
| | гор.напиток | 54-3гн | Чай с сахаром | 200 | | 26,8 | 0,2 | 0,0 | 6,5 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной, пшеничный | 90 | | 212,0 | 4,3 | 2,5 | 43,2 |
| | ИТОГО | | | 500,00 | 95,00 | 540,70 | 17,30 | 18,40 | 76,40 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 54-13з | Салат из свеклы отварной | 60 | | 51,60 | 0,80 | 3,60 | 4,00 |
| | 1 блюдо | 54-1с | Щи из св.капусты со сметаной | 200 | | 79,00 | 1,50 | 4,90 | 5,20 |
| | 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 | Кисель из ягод | 200 | | 65,30 | 0,10 | 0,10 | 16,00 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной, пшеничный | 80 | | 192,00 | 4,00 | 1,30 | 41,00 |
| | ИТОГО | | | 780,00 | 95,00 | 753,00 | 23,70 | 23,70 | 109,00 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |