Школа МОУ "Средняя школа № 3" Отд./корп Дата 31.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная геркулесовая	200		199,00	6,20	7,60	26,50
		54-1з	Сыр в нарезке	15		53,80	3,50	4,40	0,00
	гор.напиток	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200		68,00	2,80	2,50	8,60
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	90		212,00	4,30	1,50	43,20
	фрукты								
	Итого			505	95	532,80	16,80	16,00	78,30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	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 бел.		Хлеб ржаной, пшеничный	70		168,00	3,50	1,20	35,70
	хлеб черн.								
	Итого			700	95	771,00	26,00	26,80	106,40
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								