

Школа **МОУ "Средняя школа № 3"** Отд./корп Дата **4/18/2025**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	54-8м	<i>Тефтели из говядины паровые</i>	70		136.6	8.05	8.3	7.6
	гарнир	54-9г	<i>Рагу из овощей</i>	130		115.6	2.4	6.4	11.8
	гор.напиток	54-2гн	<i>Чай с сахаром</i>	200		26.8	0.2	0.0	6.5
	хлеб		<i>Хлеб ржаной, пшеничный</i>	100		247.0	8.2	2.1	45.4
	фрукт								
	итого			500	95	526.0	18.85	16.8	71.3
Обед									
	1 блюдо	54-10с	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	200		94.2	1.9	5.0	10.3
	2 блюдо	54-18м	<i>Печень говяжья по-строгановски</i>	90		176.85	11.5	10.35	5.9
	гарнир	54-11г	<i>Картофельное пюре</i>	150		139.4	3.2	5.2	19.8
	напиток	54-2гн	<i>Чай с сахаром</i>	180		24.4	0.2	0.0	5.9
Полдник	хлеб		<i>Хлеб ржаной, пшеничный</i>	85		204.0	4.2	1.4	43.6
	итого			705	95	638.85	21.0	22.0	85.5
Ужин									
Ужин 2									

Итого за день: 1205 1164.85 39.85 38.8 156.8