

|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|------------|-------------------------|--------|------------------------------|----------|-----------|--------------|-------|-------|------------|
| Школа      | МОУ "Средняя школа № 3" |        |                              |          | Отд./корп |              | Дата  |       | 29.04.2025 |
| Прием пищи | Раздел                  | № рец. | Блюдо                        | Выход, г | Цена      | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак    | гор.блюдо               | 54-2о  | Омлет с зеленым горошком     | 160      |           | 163,70       | 10,50 | 11,50 | 5,10       |
|            |                         |        | Кондитерское изделие печенье | 50       |           | 157,30       | 2,20  | 3,70  | 28,80      |
|            | гор.напиток             | 54-2гн | Чай с сахаром                | 200      |           | 26,80        | 0,20  | 0,00  | 6,50       |
|            | хлеб                    |        | Хлеб ржаной, пшеничный       | 90       |           | 212,00       | 4,30  | 1,50  | 43,20      |
|            | фрукты                  |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | Итого                   |        |                              | 500      | 95        | 559,80       | 17,20 | 16,70 | 83,60      |
| Завтрак 2  | фрукты                  |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
| Обед       | закуска                 |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | 1 блюдо                 | 54-2с  | Борщ с капустой и картофелем | 200      |           | 86,30        | 1,70  | 4,30  | 10,30      |
|            | 2 блюдо                 | 54-6м  | Биточек мясной с соусом      | 90       |           | 212,80       | 12,10 | 13,20 | 11,40      |
|            | гарнир                  | 54-1г  | Макароны отварные            | 150      |           | 208,00       | 5,00  | 5,30  | 35,00      |
|            | напиток                 | 54-1хн | Компот из сухофруктов        | 180      |           | 72,90        | 0,50  | 0,00  | 17,80      |
|            | хлеб бел.               |        | Хлеб ржаной, пшеничный       | 80       |           | 188,00       | 3,80  | 1,30  | 38,40      |
|            | хлеб черн.              |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | Итого                   |        |                              | 700      | 95        | 768,00       | 23,10 | 24,10 | 112,90     |
| Полдник    | булочное                |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | напиток                 |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
| Ужин       | гор.блюдо               |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | гарнир                  |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | напиток                 |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | хлеб                    |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
| Ужин 2     | кисломол.               |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | булочное                |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | напиток                 |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | фрукты                  |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |        |                              |          |           |              |       |       |            |