

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"			Отд./корп					Дата	4/28/2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15		53.8	3.5	4.4	0.0	
	гор.блюдо	54-9к	Каша молочная овсяная	200		272.9	8.6	11.3	34.3	
	гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200		26.8	0.2	0.0	6.5	
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	70		170.5	5.7	1.25	32.3	
	фрукт		Фрукт /мандарин/	100		38.0	0.8	0.2	7.5	
	итого			585	95	562.0	18.8	17.15	80.6	
Обед										
	1 блюдо	54-4с	Рассольник домашний	200		98.5	1.9	5.1	11.2	
	2 блюдо	54-29м	Фрикадельки из говядины	90		172.1	12.3	9.9	6.1	
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150		139.4	3.2	5.2	19.8	
	напиток	54-2гн	Чай с сахаром	180		24.4	0.2	0.0	5.9	
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	85		204.0	4.2	1.4	43.6	
Полдник										
Ужин										
Ужин 2										

Итого за день:

1290 1200.4 40.6 38.75 167.2