

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"				Отд./корп		Дата		07.05.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20		71,7	4,7	5,9	0,0
	гор.блюдо	54-16к	Каша "Дружба"	200		168,9	5,0	5,8	24,1
	гор.напиток	54-23н	Кофейный напиток с молоком	200		86,0	3,8	2,9	11,3
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	50		122,3	4,1	1,0	23,0
	фрукт		Фрукт /яблоко/	100		47,0	0,4	0,4	9,8
	итого			570	95	495,9	18,0	16,0	68,2
Обед									
	1 блюдо	54-3с	Рассольник Ленинградский	200		106,7	1,9	5,1	13,2
	2 блюдо	54-8м	Тефтели из говядины паровые	90		175,6	10,35	10,7	9,8
	гарнир	54-10г	Картофель отварной в молоке	150		173,7	4,5	5,6	26,6
	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
	итого			705	95	684,4	21,2	22,8	99,1
Полдник									
Ужин									
Ужин 2									
Итого за день:				1275		1180,3	39,2	38,8	167,3