

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"				Отд./корп		Дата		12.05.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-19з	Масло сливочное (порциями)	10		66,1	0,1	7,2	0,1
	закуска	54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60		37,6	0,6	3,1	1,8
	гор.блюдо	54-3г	Макароны отварные с сыром	170		9,0	7,7	32,4	235,4
	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								
	итого			510	95	536,4	15,6	19,25	73,1
Обед									
	1 блюдо	54-10с	Суп крестьянский с крупой	200		94,2	1,9	5,0	10,3
	2 блюдо	367	Птица в соусе с томатом	90		131,8	8,6	10,0	2,0
	гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150		233,7	8,3	6,3	36,0
	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	688,1	23,2	22,7	97,8
Полдник									
Ужин									
Ужин 2									
Итого за день:				1215		1224,5	38,8	41,95	170,9