Школа МОУ "Средняя школа № 3" Отд./корп Дата 21.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-7т	Запеканка творожная с рисом	150		233,30	11,10	8,50	28,10
		54-19з	Масло сливочное	5		37,40	0,00	4,10	0,00
	гор.напиток	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200		68,00	2,80	2,50	8,60
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	50		120,00	2,50	0,80	25,50
	фрукты		Фрукт /апельсин/	100		39,60	0,10	0,00	9,80
	Итого			505	95	498,30	16,50	15,90	72,00
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	60		51,60	0,80	3,60	4,00
	1 блюдо	54-25с	Суп картофельный с горохом	200		110,80	4,10	4,00	14,50
	2 блюдо	54-12р	Тефтели рыбные с соусом	90		163,20	11,40	9,80	11,60
	гарнир	54-10г	Картофель отварной в молоке	150		169,00	4,50	5,00	26,50
	напиток	54-32хн	Компот из свежих фруктов	180		36,90	0,10	0,10	8,90
	хлеб бел.		Хлеб ржаной, пшеничный	80		188,00	3,80	1,30	38,40
	хлеб черн.								
	Итого			760	95	719,50	24,70	23,80	103,90
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								