

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"				Отд./корп		Дата		05.09.2025
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-8м	Тефтели из говядины паровые	70		136,60	8,05	8,30	7,60
	гарнир	54-9г	Рагу из овощей	130		115,60	2,40	6,40	11,80
	гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	100		247,00	8,20	2,10	45,40
	фрукты								
	Итого			500	95	526,00	18,85	16,80	71,30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	54-10с	Суп крестьянский с крупой	200		94,20	1,90	5,00	10,30
	2 блюдо	54-18м	Печень говяжья по-строгановски	90		176,85	11,50	10,35	5,90
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150		139,40	3,20	5,20	19,80
	напиток	54-2гн	Чай с сахаром	180		24,40	0,20	0,00	5,90
	хлеб бел.		Хлеб ржаной, пшеничный	85		204,00	4,20	1,40	43,60
	хлеб черн.								
	Итого			705	95	638,85	21,00	21,95	85,50
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								