Школа МОУ "Средняя школа № 3" Отд./корп Дата 12.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	282	Запеканка рисовая с творогом, сметаной	170		271,00	10,60	7,60	40,10
	закуска	53-19з	Масло сливочное (порциями)	10		66,10	0,10	7,20	0,10
	гор.напиток	54-3гн	Чай с молоком и сахаром	200		50,90	1,60	1,10	8,70
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	50		122,30	4,10	1,00	23,00
	фрукты		Фрукт (мандарин)	100		38,00	0,80	0,20	7,50
	Итого			530	95	548,30	17,20	17,10	79,40
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	54-5с	Суп гороховый	200		116,80	4,20	4,00	15,90
	2 блюдо	367	Птица в соусе с томатом	90		131,80	8,60	10,00	2,00
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	150		196,80	5,40	4,90	32,80
	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	673,80	22,60	20,30	100,20
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								