Школа МОУ "Средняя школа № 3" Отд./корп Дата 03.10.2025

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 пшеничный	50		117,50	3,95	0,50	24,15
	фрукты								
	хлеб		Хлеб особый	50		129,50	4,25	1,60	21,25
	Итого			500	95	526,00	18,85	16,80	71,30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-28з	Свекла отварная дольками	80		33,60	1,20	0,20	7,10
	1 блюдо	54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	200		94,20	1,90	5,00	10,30
	2 блюдо	54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100		196,50	12,75	11,50	6,60
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150		139,40	3,20	5,20	19,80
	напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200		81,00	0,50	0,00	19,80
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		117,50	3,95	0,50	24,15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		77,70	2,55	1,00	12,75
	Итого			810	95	739,90	26,05	23,40	100,50
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								