Школа МОУ "Средняя школа № 3" Отд./корп Дата 07.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-3г	Макароны отварные с сыром	210		290,80	11,10	9,50	40,00
	закуска	54-2з	Огурец в нарезке	100		14,20	0,80	0,20	2,50
	гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	75		183,45	6,15	1,45	34,45
	фрукты								
		54-19з	Масло сливочное (порциями)	15		99,15	0,15	10,80	0,15
	Итого			600		614,40	18,40	21,95	83,60
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	100		76,00	1,30	4,50	7,70
	1 блюдо	54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	250		117,75	2,40	6,30	12,90
	2 блюдо	367	Птица в соусе с томатом	110		161,10	10,50	12,20	2,50
	гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180		280,40	10,00	7,60	43,20
	напиток	54-25хн	Кисель из клюквы	200		56,80	0,10	0,00	14,10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		117,50	3,95	0,50	24,15
	хлеб черн.		Хлеб особый	40		84,80	3,10	0,50	18,60
	Итого			930		894,35	31,35	31,60	123,15
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								