

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"				Отд./корп		Дата	17.11.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	250	341,10	10,75	14,10	42,90	
		54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	20	71,70	4,70	5,90	0,00	
	гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	26,80	0,20	0,00	6,50	
	хлеб		Хлеб пшеничный	45	105,75	3,60	0,45	21,70	
	фрукты		Фрукт (мандарин)	100	38,00	0,80	0,20	7,50	
	хлеб		Хлеб ржаной	25	64,75	2,10	0,80	10,60	
	Итого			640	648,10	22,15	21,45	89,20	
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	62,60	1,00	5,20	3,00	
	1 блюдо	54-4с	Рассольник домашний	250	123,10	2,40	6,40	14,00	
	2 блюдо	54-29м	Фрикадельки из говядины	110	210,30	15,10	12,10	7,50	
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	180	167,30	3,80	6,20	23,80	
	напиток	54-3х	Компот из чернослива	200	81,30	0,50	0,20	19,50	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	141,00	4,70	0,60	29,00	
	хлеб черн.		Хлеб особый	40	84,80	3,10	0,50	18,60	
	Итого			940	870,40	30,60	31,20	115,40	
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								