

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"				Отд./корп		Дата	09.12.2025	
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								