

|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|------------|-------------------------|---------|------------------------------|----------|-----------|--------------|-------|-------|------------|
| Школа      | МОУ "Средняя школа № 3" |         |                              |          | Отд./корп |              | Дата  |       | 02.02.2026 |
| Прием пищи | Раздел                  | № рец.  | Блюдо                        | Выход, г | Цена      | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак    | гор.блюдо               | 54-16к  | Каша «Дружба»                | 250      |           | 211,10       | 6,30  | 7,30  | 30,10      |
|            |                         | 54-1з   | Сыр твердых сортов в нарезке | 25       |           | 89,70        | 5,80  | 7,30  | 0,00       |
|            | гор.напиток             | 54-23гн | Кофейный напиток с молоком   | 200      |           | 86,00        | 3,80  | 2,90  | 11,30      |
|            | хлеб                    |         | Хлеб пшеничный               | 40       |           | 94,00        | 3,20  | 0,40  | 19,30      |
|            | фрукты                  |         | Фрукт (яблоко)               | 100      |           | 47,00        | 0,40  | 0,40  | 9,80       |
|            | хлеб                    |         | Хлеб ржаной                  | 25       |           | 64,75        | 2,10  | 0,80  | 10,60      |
|            | Итого                   |         |                              | 640      |           | 592,55       | 21,60 | 19,10 | 81,10      |
| Завтрак 2  | фрукты                  |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
| Обед       | закуска                 | 21      | Салат из моркови             | 100      |           | 104,00       | 1,20  | 6,00  | 11,20      |
|            | 1 блюдо                 | 54-3с   | Рассольник Ленинградский     | 250      |           | 133,30       | 2,40  | 6,40  | 16,50      |
|            | 2 блюдо                 | 54-29м  | Фрикадельки из говядины      | 100      |           | 191,20       | 13,70 | 11,00 | 6,80       |
|            | гарнир                  | 54-10г  | Картофель отварной в молоке  | 180      |           | 208,40       | 5,40  | 6,70  | 31,90      |
|            | напиток                 | 54-3хн  | Компот из чернослива         | 200      |           | 81,30        | 0,50  | 0,20  | 19,50      |
|            | хлеб бел.               |         | Хлеб пшеничный               | 55       |           | 129,25       | 4,30  | 0,55  | 26,60      |
|            | хлеб черн.              |         | Хлеб ржаной                  | 30       |           | 77,70        | 2,55  | 1,00  | 12,75      |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | Итого                   |         |                              | 915      |           | 925,15       | 30,05 | 31,85 | 125,25     |
| Полдник    | булочное                |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | напиток                 |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
| Ужин       | гор.блюдо               |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | гарнир                  |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | напиток                 |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | хлеб                    |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |
| Ужин 2     | кисломол.               |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | булочное                |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | напиток                 |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            | фрукты                  |         |                              |          |           |              |       |       |            |
|            |                         |         |                              |          |           |              |       |       |            |