Школа	МОУ "Средняя школа № 3"	Отд./корп		Дата	12.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	282	Запеканка рисовая с творогом, сметаной	200		318,90	12,15	9,60	45,75
		53-19з	Масло сливочное (порциями)	15		99,15	0,15	10,80	0,15
	гор.напиток	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200		50,90	1,60	1,10	8,70
	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	20		51,80	1,70	0,70	8,50
	Итого			575		661,75	19,20	23,00	92,20
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-2з	Огурец в нарезке	100		14,20	0,80	0,20	2,50
	1 блюдо	54-8с	Суп гороховый	250		164,00	5,30	6,00	29,90
	2 блюдо	54-18м	Печень говяжья по-строгановски	110		226,20	14,00	14,30	7,90
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	180		236,10	6,50	5,90	39,30
	напиток	54-5хн	Компот из яблок и вишни	200		42,50	0,20	0,10	10,20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30		70,50	2,30	0,30	14,50
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	25		64,75	2,10	0,80	10,60
	Итого			895		818,25	31,20	27,60	114,90
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								