Школа МОУ "Средняя школа № 3" Отд./корп Дата 03.06.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-3о	Омлет с морковью	160		163,70	7,90	14,40	6,10
		53-3з	Помидор в нарезке	100		21,30	1,00	0,20	3,80
	гор.напиток	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200		27,90	0,30	0,00	6,70
	хлеб		Хлеб пшеничный	45		105,75	3,55	0,45	21,70
	фрукты		Фрукт (банан)	100		96,00	1,50	0,50	21,00
	хлеб		Хлеб ржаной	40		103,60	3,40	1,30	17,00
	Итого			645		518,25	17,65	16,85	76,30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-7з	Салат из белокочанной капусты	100		124,80	2,70	8,20	10,30
	1 блюдо	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	210		125,60	3,90	2,40	19,40
	2 блюдо	367	Птица в соусе с томатом	110		161,00	10,45	12,20	2,40
	гарнир	54-5г	Каша перловая рассыпчатая	170		212,05	5,00	5,95	34,50
	напиток	54-2хн	Компот из кураги	200		66,90	1,00	0,10	15,70
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		117,50	3,95	0,50	24,15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40		103,60	3,40	1,30	17,00
	Итого			880		911,45	30,40	30,65	123,45
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								