

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"				Отд./корп		Дата		01.06.2026
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200		272,90	8,60	11,30	34,30
		54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15		53,80	3,50	4,40	0,00
	гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	20		47,00	1,60	0,20	9,65
	фрукты		Фрукт (мандарин)	100		38,00	0,80	0,20	7,50
	хлеб		Хлеб ржаной	35		90,65	2,90	1,10	14,80
	Итого			570		529,15	17,60	17,20	72,75
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-11з	Салат из моркови и яблок	60		74,20	0,60	6,10	4,30
	1 блюдо	54-4с	Рассольник домашний	220		127,70	3,10	5,50	18,30
	2 блюдо	54-29м	Фрикадельки из говядины	110		210,30	15,00	12,10	10,50
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	170		158,00	3,60	5,90	22,40
	напиток	54-3х	Компот из чернослива	200		81,30	0,50	0,20	19,50
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		141,00	4,80	0,60	29,00
	хлеб черн.		Хлеб особый	40		84,80	3,10	0,50	18,60
	Итого			860		877,30	30,70	30,90	122,60
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								