

Школа	МОУ "Средняя школа № 3"				Отд./корп		Дата		08.06.2026
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1к	Каша вязкая молочная кукурузная	200		178,90	5,80	5,40	29,40
		54-19з	Масло сливочное (порциями)	10		66,10	0,10	7,20	0,10
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	200		100,40	4,60	3,60	12,60
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		70,50	2,40	0,30	14,50
	фрукты		Фрукт (мандарин)	100		38,00	0,80	0,20	7,50
	хлеб		Хлеб ржаной	30		77,70	2,55	1,00	12,75
	Итого			570		531,60	16,25	17,70	76,85
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-6з	Салат из бел. капусты с помидорами и огурцами	100		122,30	2,20	11,00	3,70
	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	230		111,40	2,10	5,90	16,00
	2 блюдо	54-5.1р	Котлета рыбная с морковью	110		118,10	13,60	4,60	5,50
	гарнир	54-6г	Рис отварной	170		230,60	4,20	5,40	41,40
	напиток	54-32хн	Компот из свежих яблок	200		41,50	0,15	0,10	9,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		141,00	4,80	0,60	29,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40		103,60	3,40	1,30	17,00
	Итого			910		868,50	30,45	28,90	122,50
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								