

Школа МБОУ СОШ №3 Отд./корп _____ День 13 января

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	309	Макароны отварные с м/сл,сыром	150/10/20	28,01р.	273.56	9.74	13.4	28.5
	порц.блюдо	209	Яйцо вареное	40	8,18р.	62.84	5.08	4.6	0.28
	Напиток	377	Чай сладкий с лимоном	200	3,95р.	41.6	3.6	2.67	29.2
	Хлеб		Хлеб пшеничный	24	1,89р.	56.11	1.9	0.24	11.59
	Фрукт	338	Фрукт (яблоко)	1 шт.	23,97р.	88.8	0.8	0.8	19.6
Завтрак 2									
Обед	закуска	73	Огурец сол.порционный	30	3,96р.	12.6	0.72	0.24	5.04
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский на мк/б	250	14,86р.	130.9	4.1	5.9	15.58
	2 блюдо	278	Биточки из говядины с соусом	60/30	25,93р.	259.5	11.1	19.5	9.9
	гарнир	143	Рагу овощное	150	13,13р.	191.73	4.82	5.43	30.9
	Хлеб		Хлеб ржаной, пшеничный	28/20	3,10р.	111.13	2.24	0.44	19.76
	Напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,02р.	196.38	1.16	0.3	47.26

гр

40	
93.52	пшеничный
91.96	ржаной

б	ж	у
3.16	0.4	19.32
2.24	0.44	19.76

Директор школы

Алейкина Е.А.