

Школа МБОУ СОШ №3 Отд./корп _____ День 25 января

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка творожная с джемом	150/20	50,46р.	333.6	20.85	14.4	30.15
	порц.блюдо		Масло сливочное	10	8,77р.	65.72	0.1	7.2	0.13
	Хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,23р.	93.52	3.16	0.4	19.32
	Напиток	377	Чай сладкий с лимоном	200	3,54р.	41.6	0.53	0	9.87
Завтрак 2									
Обед	закуска		Огурец сол.порционный	30	3,96р.	12.6	0.24	0.08	1.68
	1 блюдо	88	Щи из свеж.капусты на мк/б со сметаной	250/10	17,66р.	118.48	4	7.68	8.43
	2 блюдо	229	Рыба, туш. в томате с овощами	45/45	17,86р.	136.57	20.48	4.95	2.53
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	16,98р.	109.73	3.08	2.33	19.13
	Хлеб		Хлеб ржаной	45	2,44р.	103.46	2.52	0.5	22.23
	Напиток	350	Кисель фруктовый	200	7,10р.	111.36	0.16	0.08	27.5

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.