

Школа МБОУ СОШ №3 Отд./корп \_\_\_\_\_ День 29 марта

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка творожная с джемом	150/20	49,79р.	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	44	3,49р.	102.87	3.48	0.44	21.25
	Напиток	377	Чай сладкий с лимоном	200	3,95р.	41.6	0.53	0	9.87
Завтрак 2									
Обед	закуска		Огурец сол.порционный	20	2,64р.	8.4	0.36	0.12	2.52
	1 блюдо	88	Щи из свеж.капусты на мк/б со сметаной	250/10	16,77р.	118.48	7.5	3.22	17.25
	2 блюдо	229	Рыба, туш. в томате с овощами	45/45	22,14р.	136.57	20.48	4.95	2.53
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	15,88р.	109.73	3.08	2.33	19.13
	Хлеб		Хлеб ржаной	29	1,57р.	66.67	1.62	0.32	14.33
	Напиток	349	Кисель фруктовый	200	7,00р.	111.36	1.16	0.3	47.26

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.