

Школа МБОУ СОШ №3 Отд./корп _____ День 21 апреля

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|--|----------|---------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 310 | Омлет натуральный , зеленый горошек | 150/20 | 49,54р. | 264.71 | 15.33 | 20.74 | 4.17 |
| | порц.блюдо | | Сыр Российский | 15 | 9,61р. | 35.82 | 0.1 | 7.2 | 0.13 |
| | порц.блюдо | | Хлеб пшеничный | 41 | 3,31р. | 95.86 | 2.32 | 2.95 | 0 |
| | Хлеб | | Чай сладкий с лимоном | 200 | 3,54р. | 41.6 | 15.8 | 2 | 96.6 |
| | Напиток | 376 | 0 | 0 | 0,00р. | 0 | 3.6 | 2.67 | 29.2 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 73 | Огурец сол.порционный | 20 | 2,64р. | 8.4 | 0.72 | 0.24 | 5.04 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ из свеж.капусты на мк/б со сметаной | 250/10 | 17,17р. | 132.4 | 4.03 | 7.6 | 12.05 |
| | 2 блюдо | 234 | Котлеты рыбные | 90 | 19,91р. | 117.34 | 12.04 | 3.94 | 8.44 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре | 150 | 16,98р. | 109.73 | 3.08 | 2.33 | 19.13 |
| | Хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 41 | 2,20р. | 94.26 | 2.3 | 0.45 | 20.25 |
| | Напиток | 349 | Кисель фруктовый | 200 | 7,10р. | 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.