

Школа МБОУ СОШ №3 Отд./корп _____ День 05 октября

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------------------------|----------|---------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 234 | Котлеты (биточки) рыбные | 90 | 19.00р. | 117.34 | 12.04 | 3.94 | 8.44 |
| | гарнир | 304 | Рис отварной с м/сл, помидор свежий | 150/6/30 | 25.75р. | 210.11 | 3.67 | 5.42 | 36.67 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 47 | 3.81р. | 109.89 | 3.71 | 0.47 | 22.70 |
| | порц.блюдо | | Масло сливочное | 10 | 12.40р. | 65.72 | 0.1 | 7.2 | 0.13 |
| | Напиток | 382 | Какао с молоком | 200 | 16.04р. | 125.11 | 3.78 | 0.67 | 26 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 52 | Салат из свеклы | 60 | 4.27 | 60.1 | 0.78 | 3.1 | 7.27 |
| | 1 блюдо | 103 | Суп картоф.-вермишелевый на кур.б. | 250 | 16.24р. | 170.00 | 9.4 | 5.1 | 21.2 |
| | 2 блюдо | 260 | Филе куриное в соусе | 45/45 | 25.73р. | 149.25 | 10.65 | 10.35 | 3.38 |
| | Гарнир | 302 | Греча отварная с м/сл | 150/3 | 23.91р. | 231.86 | 8.9 | 4.1 | 39.84 |
| | Хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 40 | 2.16р. | 91.96 | 2.24 | 0.44 | 19.76 |
| | Напиток | 377 | Чай сладкий с лимоном | 200 | 4.69р. | 41.60 | 0.53 | 0.00 | 9.87 |
| | | | | | | | | | |

Директор школы



Е.А.Алейкина