

Школа МБОУ СОШ №3 Отд./корп \_\_\_\_\_ День 09 января

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                     | Выход, г | Цена    | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|---|----------|---------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо  | 173    | Каша молочная пшеничная с маслом, сахаром | 220      | 28.59р. | 201.74       | 3.63  | 9.46 | 25.52    |
|            | порц.блюдо |        | Сыр Российский                            | 20       | 16.14р. | 71.66        | 4.64  | 5.9  | 0        |
|            | порц.блюдо |        | Масло сливочное                           | 10       | 12.40р. | 65.72        | 0.1   | 7.20 | 0.13     |
|            | Хлеб       |        | Хлеб пшеничный                            | 48       | 3.83р.  | 112.22       | 3.79  | 0.48 | 23.18    |
|            | Напиток    | 382    | Какао с молоком                           | 200      | 16.04р. | 125.11       | 3.78  | 0.67 | 26       |
| Завтрак 2  |            |        |   |          |         |              |       |      |          |
| Обед       | закуска    | 45     | Салат из свежей капусты                   | 60       | 3.76    | 55.3         | 0.8   | 3.65 | 5.11     |
|            | 1 блюдо    | 102    | Суп гороховый на мк/б                     | 250      | 16.13р. | 141.25       | 9.4   | 3.92 | 17.25    |
|            | 2 блюдо    | 268    | Шницель с соусом                          | 70/20    | 29.74р. | 259.50       | 11.1  | 19.5 | 9.9      |
|            | Гарнир     | 309    | Макароны отварные с м/сл                  | 150/3    | 13.72р. | 201.90       | 5.1   | 7.5  | 28.5     |
|            | Хлеб       |        | Хлеб ржаной                               | 60       | 3.27р.  | 137.94       | 3.36  | 0.66 | 29.64    |
|            | Напиток    | 342    | Компот из свежих яблок                    | 200      | 10.38р. | 97.60        | 0.16  | 0.16 | 23.88    |
|            |            |        |   |          |         |              |       |      |          |

Директор школы



Е.А.Алейкина