

Школа

МБОУ СОШ № 3

Отд./корп

С 1-4 кл.

День

12.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	107	Каша манная на молоке	205,00	12,85	222,02	6,20	8,05	30,09
	гор.напиток	139	Яйцо отварное	40,00	9,00	63,00	5,10	4,60	0,30
	хлеб		Хлеб пшеничный хлеб ржаной пшеничный	60,00	3,60	122,52	3,45	0,66	25,34
		294	Чай с лимоном	200,00	2,54	61,62	0,07	0,01	15,31
		386	Яблоко	180,00	11,70	88,00	0,80	0,80	19,60
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	45	Суп картофельный с бобовыми	200,00	7,66	79,03	1,87	3,11	10,89
	2 блюдо	202	Тефтели из говядины с рисом	100,00	63,26	196,14	9,16	13,53	9,44
	гарнир	239	Картофель отварной	150,00	14,85	182,46	3,14	7,04	27,21
	сладкое	289	Напиток из шиповника	200,00	6,05	46,87	0,68		21,01
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	1,30	122,52	3,45	0,66	25,34
	хлеб черн.		Хлеб ржано пшеничный	30,00	1,30	122,52	3,45	0,66	25,34
			Капуста квашеная	60,00	5,88	8,40	0,48	0,06	1,98

Директор школы
Повар
Медсестра



Паков М.М.
Шнахова Ж.Т.
Шеворыкина Р.Р.