

С 1-4 кл.

Школа

МБОУ СОШ №3

Отд./корп

День

14.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	104	Каша гречневая вязкая	155,00	14,50	185,00	5,96	6,17	26,41
	гор.напиток	294	Чай с лимоном	200,00	2,54	61,62	0,07	0,01	15,31
	хлеб		Хлеб пшеничный хлеб ржано пшеничный	60,00	2,60	122,52	3,45	0,66	25,34
		139	Яйцо отварное	40,00	9,00	62,80	5,08	4,60	0,28
		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	10,95
	2 блюдо	164	Рыба жареная	95,00	46,14	224,14	17,50	15,05	4,50
	гарнир	241	Картофельное пюре	150,00	14,85	160,46	3,20	6,06	23,30
	сладкое	284	Кампот из яблок с лимоном	200,00	6,96	104,07	0,25	0,25	25,35
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	1,30	122,52	2,45	0,66	25,34
	хлеб черн.		Хлеб ржано пшеничный	30,00	1,30	122,52	2,45	0,66	25,34
			Капуста квашеная	60,00	5,88	47,00	0,72	2,82	4,62

Директор школы
Повар
Медсестра



Паков М.М.
Шнахова Ж.Т.
Шевченко Д.Д.