

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №3
 им. А.Шембелиди

_____ Н.А. Муратов

Школа МАОУ СОШ №3 им. А.Шембелиди Отд./корп День 17.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	15	Сыр твердых сортов в нарезке	10	7,70	35,8	2,3	3	0
	гор.блюдо	199	Пудинг рисовый с творогом и сгущенным молоком	180	45,44	245,4	10,3	7,6	33,6
	напиток	268	Кофейный напиток на молоке	200	6,60	89	3,2	2,5	13,7
	закуска	Пром	Хлеб пшеничный	20	1,12	46,9	1,5	0,2	9,8
	хлеб	Пром	Хлеб ржаной	40	1,52	68,3	2,6	0,5	13,4
	хлеб	338	Фрукты свежие	120	8,00	54,6	0,5	0,4	12,4
Завтрак 2									
Обед	закуска	84	Салат из свеклы с сыром	60	13,90	92,6	2,0	7,7	4
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	19,54	73,4	1,6	3,2	9,4
	гарнир	303	Каша вязкая (рисовая)	150	6,39	130,2	2,2	3,5	22,5
	2 блюдо	234	Биточки рыбные (минтай)	90	40,73	133,9	11,7	3,7	13,8
	напиток	54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	7,82	46,2	0,3	0,2	11,1
	хлеб бел.	Пром	Хлеб пшеничный	40	3,36	93,8	3	0,3	19,7
	хлеб черн.	Пром	Хлеб ржаной	20	3,04	34,2	1,3	0,2	6,7