

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №3

им. А.Шембелиди

_____ Н.А. Муратов

Школа МАОУ СОШ №3 им. А.Шембелиди Отд./корп День 20.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	80	10,81	97,9	1,4	4,3	13,3
	гарнир	178	Каша вязкая с морковью (рис)	180	10,76	161,6	3,00	3,8	28,80
	гор.блюдо	281	Биточки паровые	90	44,19	199,4	13,40	12,2	10,40
	хлеб	54-45гн	Чай с сахаром (вариант 2)	180	3,50	21,1	0,10	0,0	5,10
	хлеб	Пром	Хлеб пшеничный	20	1,12	46,9	1,50	0,2	9,80
Завтрак 2									
Обед	закуска	29	Кукуруза консервированная	60	12,56	34,8	1,20	0,20	6,10
	1 блюдо	93	Щи по-уральски (с крупой)	200	16,94	56,4	1,50	2,60	6,60
	2 блюдо	334	Рагу из мяса птицы (курица)	240	49,85	370,8	18,70	22,80	23,30
	напиток	386	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	10,00	136	0,60	0,40	33,00
	хлеб	Пром	Хлеб пшеничный	20	1,12	46,9	1,50	0,2	9,80
	хлеб	Пром	Хлеб ржаной	20	1,52	34,2	1,30	0,2	6,70