

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №3

им. А.Шембелиди

_____ Н.А. Муратов

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	57	Салат из квашеной капусты	60	7,59	40,4	1	3	2
	гарнир	161	Картофель в молоке	150	9,50	113,6	3,3	3,2	17,9
	гор.блюдо	262/330	Сердце в соусе	90	40,65	134,4	11,4	7,9	4,2
	напиток	386	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	10,00	136	0,6	0,4	33
	хлеб	Пром	Хлеб пшеничный	20	1,12	46,9	1,5	0,2	9,8
	хлеб	Пром	Хлеб ржаной	20	1,52	34,2	1,3	0,2	6,7
Завтрак 2									
Обед	закуска	28	Икра кабачковая	60	9,13	71,4	1,1	5,3	4,6
	1 блюдо	152	Суп куриный	200	15,56	79,9	3,5	3,4	8,7
	гарнир	178	Каша вязкая с морковью(рис)	150	6,39	134,7	2,5	3,2	24
	2 блюдо	276	Рулет с яйцом	100	42,15	206,6	14,7	13	8,8
	напиток	473	Напиток витаминный	180	5,00	74	0,4	0,1	24,2
	хлеб бел.	Пром	Хлеб пшеничный	40	2,24	93,8	3	0,3	19,7
	хлеб черн.	Пром	Хлеб ржаной	30	1,52	51,2	2	0,4	10
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	100	10,00	44,4	0,4	0,4	9,8