

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №3

им. А.Шембелиди

\_\_\_\_\_ Н.А. Муратов

Школа

МАОУ СОШ №3 им. А.Шембелиди

Отд./корп

День

28.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		15	Сыр твердых сортов в нарезке	10	7,70	35,8	2,3	3	0
	гор.блюдо	324/327	Запеканка из творога с морковью с соусом	120/30	43,58	274,4	14,4	11,4	29
	гор.напиток	268	Кофейный напиток на молоке	200	7,90	89	3,2	2,5	13,7
	хлеб	Пром	Хлеб пшеничный	30	1,68	70,3	2,3	0,2	14,8
	хлеб	Пром	Хлеб ржаной	20	1,52	34,2	1,3	0,2	6,7
	фрукты	338	Фрукты свежие	120	8,00	54,6	0,5	0,4	12,4
Завтрак 2									
Обед	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты со сметаной	200	17,55	55,9	1,6	3,2	5,1
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	180	18,20	167,40	3,8	6,4	23,80
	2 блюдо	234/363	Биточки рыбные (треска)	90	42,25	132,80	11,7	3,5	13,80
	сладкое	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	180	6,13	72,60	0,4	0	17,80
	хлеб бел.	Пром	Хлеб пшеничный	40	2,24	93,80	3	0,3	19,70
	хлеб черн.	Пром	Хлеб ржаной	20	1,52	34,20	1,3	0,2	6,70
		Пром	Кондитерское изделие (печенье)	30	4,10	125,10	2,3	2,9	22,30