

Школа

МБОУООШ №3

Отд./корп

День

10/24/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед б/пл	гор.блюдо		Суп картофельный, зеленый лук	200*2	10.30	102.0	1.80	2.20	18.50	
	гор.блюдо		Котлета из говядины с маслом слив.	100*5	57.81	228.7	15.5	11.5	15.7	
	гарнир		Капуста тушеная	150	17.13	118.7	3.60	5.00	14.50	
	хлеб бел.		Батон	40	5.08	94.0	3.04	0.32	19.68	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3.12	84.3	3.2	1	15.7	
	напиток		Напиток из шиповника	200	8.46	88	1	0	21	
Завтрак б/пл ТЖС, м/о, д- учет			Каша молочная ячневая с маслом слив., сахаром	200*10*10	21,44	300	8,9	11,6	43,3	
	гор.блюдо		Сыр	20	12,81		71,6	4,6	5,8	0
	хлеб бел.		Батон	40	5.08		94.0	3.04	0.32	19.68
	гор.напит.		Чай с сахаром и лимоном	200*7	4.33		27.9	0.2	0	6.6
Обед б/пл ТЖС, м/о, д- учет	гор.блюдо		Суп картофельный, зеленый лук	200*2	10.30	102.0	1.80	2.20	18.50	
	гор.блюдо		Котлета из говядины с маслом слив.	100*5	57.81	228.7	15.5	11.5	15.7	
	закуска		Огурец свежий	40	9.24					
	хлеб бел.		Батон	40	5.08	94.0	3.04	0.32	19.68	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3.12	84.3	3.2	0.58	15.7	
	напиток		Напиток из шиповника	200	8.46	88	1	0	21	
	гарнир		Капуста тушеная	150	17.13	118.7	3.60	5.00	14.50	