

Школа **МБОУООШ №3** Отд./корп  День **10/17/2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед б/пл	гор.блюдо		Суп картофельный рыбный, зел.лук	200*30*2	31.11	102.0	1.80	2.20	18.50
	гор.блюдо		Гуляш из свинины	50*50	35.16				
	гарнир		Греча отварная	150	12.64	238.9	8.2	6.9	35.9
	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		Компот из свежих яблок	200	9.29	106	1	0	26
Завтрак б/пл ТЖС, м/о, д- учет	гор.блюдо		Каша молочная пшенная с маслом слив.,сах.	200*10*10	22.27	324.9	7.0	11.0	73.00
	хлеб бел.		Батон	40	5.08	94.0	3.04	0.32	19.68
	гор.напит.		Кофейный напиток на св. молоке	200	14.71	91.2	3.8	4	11.2
Обед б/пл ТЖС, м/о, д- учет	гор.блюдо		Суп картофельный рыбный, зел.лук	200*30*2	31.11	102.0	1.80	2.20	18.50
	гор.блюдо		Гуляш из свинины	50*50	35.16				
	гарнир		Греча отварная	150	12.64	238.9	8.2	6.9	35.9
	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		Компот из свежих яблок	200	9.29	106	1	0	26
	гарнир		Огурец свежий	50	11.66				
	фрукты		Банан свежий	400	60.00	400.0	6.0	-	94.40
Платно	гор.блюдо		Каша молочная пшенная с маслом слив.,сах.	200*10*10	22.27	324.9	7.0	11.0	73.00
	хлеб бел.		Батон	40	5.08	94.0	3.04	0.32	19.68
	гор.напит.		Кофейный напиток	200	14.71	91.2	3.8	4	11.2
	десерт		Вафельная конфета	2*16	22.00				