

Школа

МБОУООШ №3

Отд./корп

День

10/23/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед б/п	гор.блюдо		Щи из свежей капусты, сметана, зеленый лук	200*8*2	10.10	114.7	1.70	5.00	20.30
	гор.блюдо		Шницель свин. нат.	100	53.45				
	гарнир		Греча отварная с соусом	150*50	15.93	238.9	8.2	6.9	35.9
	хлеб бел.		Батон	40	5.08	94.0	3.04	0.32	19.68
	напиток		Сок фруктовый	200	19.20	84.4	1.00	0.00	42.00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	3.12	84	3	1	16
Завтрак б/п тжс, м/о, д- учет	гор.блюдо		Омлет нат. с маслом слив.	106*10	31.29				
	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/п тжс, м/о, д- учет	гор.блюдо		Щи из свежей капусты, сметана, зеленый лук	200*8*2	10.10	114.7	1.70	5.00	20.30
	гор.блюдо		Шницель свин. нат.	100	53.45				
	гарнир		Греча отварная с соусом	150*50	15.93	238.9	8.2	6.9	35.9
	напиток		Сок фруктовый	200	19.20	84.4	1.00	-	42.00
	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
	гарнир		Огурец соленый	60	15.70				
	фрукты		Груша свежая	300	81.00	141.0	1.20	0.90	30.90