Школа	мбоу сош №3	Отд./корп	1-4кл	День	02.12.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	кашаиз овсянных хлопьев	200	18,67	197	5	6	35
	гор.напиток	692	чай с сахаром	200	4,00	58	3	4	29
	хлеб		батон нарезной	40	3,67	97	9	7	18
			йогурт нежный	100	18,66	53	3	4	3
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	49	салат из моркови с яблоком	60	4,16	42	1	3	5
	1 блюдо	110	борщ со сметаной	250	17,64	120	6	6	22
	2 блюдо	492	плов из индейки	180	43,71	325	16	12	40
	гарнир								
	сладкое	636	компот из апельсинов	200	7,46	118	0	0	22
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб приволжский	40	3,10	94	3	0	17