Школа МБОУ СОШ№3 Отд./корп День 14.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		йогурт нежный	100	17,94	53	3	3	4
	гор.напиток	302	каша манная с м.слив	200	14,13	197	54	4	31
	хлеб	686	сай с сахаром лимоном	200	4,17	58	3	4	24
			батон нпрезной	40	3,76	97	3	0	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		огурец свежий	25	3,65	6	0	0	1
	1 блюдо	132	щи со сметаной	250	17,94	108	2	5	10
	2 блюдо	491	биточки из говядины	50	27,07	178	8	9	10
	гарнир	511	макароны отварные	150	6,78	200	5	5	44
	сладкое	636	компот из яблок витам.	200	6,09	142	0	0	36
	хлеб бел.		булочка ванильная	60	10,88	128	5	1	28
	хлеб черн.		хлеб приволжский	40	3, 66	93	2, 6	0	16