Школа МБОУ СОШ№3 Отд./корп День 18.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	3	Бутерброд с сыром	25 / 40	19, 11	187	9, 1	7, 3	17, 5
	гор.напиток	302	Каша из овсяных хлопьев	5/ 200	17.74	197	5, 1	4, 07	35, 40
	хлеб	685	Чай с сахаром	1/ 200	3, 15	58	0, 2	0	24
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		помидора свежая порц	30	6, 73	23	0, 33	0	1, 05
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты со сметаной	5 / 250	20, 34	108	2, 0	4, 3	10, 0
	2 блюдо	498	Котлета из индейки	1,/ 70	32, 47	231, 4	15, 1	13, 0	4, 7
	гарнир	516	Макароны отварные	1/ 150	6, 78	200, 5	5, 25	5, 25	47
	сладкое	639	Компот из с/фруктов	1/ 200	6, 09	124	0, 6	0	31, 4
	хлеб бел.		Хлеб приволжский	40	3, 66	92, 7	2, 6	0, 4	16, 8
	хлеб черн.								