Школа МБОУ СОШ№3 Отд./корп День 20.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		йогурт нежный	100	19,03	53	3	3	4
	гор.напиток	302	каша манная с м.сл	200	12,77	197	5	6	35
	хлеб	686	чай с сахаром лимоном	200	4,17	58	0	0	30
			батон нарезной	40	3,76	97	3	0	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		помидора свежая	30	6,26	23	0	0	1
	1 блюдо	132	рассольник со сметаной	250	18,72	113	3	5	20
	2 блюдо	391	шницель из минтая	70	30,98	166	13	9	8
	гарнир	511	рис отварной	150	8,04	219	4	5	36
	сладкое	636	компот из апельсинов	200	8,41	118	0	0	22
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб приволжский	40	3, 66	93	2, 6	0	16