Школа	мбоу сош №3	Отд./корп	1-4кл	День	12.11.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	каша из овсянных хлопьев	200	13,89	197	5	6	35
	гор.напиток	685	чай с сахаром	200	4,00	58	0	0	29
	хлеб		бутерброд с мясом	80	27,11	181	3	0	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51	салат из свеклы с яблоком	60	5,42	45	1	2	7
	1 блюдо	139	суп картофельный с рыбой	250	21,96	138	6	3	22
	2 блюдо	498	котлета из индейки	60	28,06	179	13	7	33
	гарнир	297	каша гречневая	150	11,70	180	11	5	55
	сладкое	686	чай с сахаром лимоном	200	4,28	58	0	0	22
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб приволжский	60	4,65	139	3	0	17