Школа	мбоу сош №3	Отд./корп	1-4кл	День	14.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	каша из овсянных хлопьев	200	12,63	197	5	6	35
	гор.напиток	685	чай с сахаром	200	4,00	58	0	0	24
	хлеб		батон нарезной	50	4,60	97	3	0	17
			яблоко	100	8,72	47	0	0	10
			сыр порционный	18	13,79	120	8	8	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		огурец свежий	40	6,70	16	0	0	1
	1 блюдо	147	суп с вермишелью курицей	250	19,19	153	2	5	13
	2 блюдо	391	котлета из минтая	50	21,00	98	7	4	8
	гарнир	224	рагу овощное	180	19,80	187	5	11	18
	сладкое	636	компот их апельсинов витам.	200	8,73	142	1	0	36
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб приволжский	60	4,65	139	3	0	17