| Школа | мбоу сош №3 | Отд./корп | 1-4кл | День | 20.10.2021 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 366 | запеканка творожная со сгущенкой | 150 | 36,68 | 244 | 17 | 12 | 16 |
| | гор.напиток | 648 | кисель плодово-ягодный | 200 | 3,72 | 118 | 0 | 0 | 31 |
| | хлеб | | батон нарезной | 50 | 4,60 | 97 | 3 | 0 | 17 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | огурец свежий | 35 | 6,80 | 16 | 0 | 0 | 1 |
| | 1 блюдо | 124 | щи из свежей капусты | 250 | 15,17 | 108 | 2 | 5 | 13 |
| | 2 блюдо | 498 | тефтели с соусом | 80 | 32,73 | 238 | 15 | 13 | 8 |
| | гарнир | 514 | гороховое пюре | 150 | 7,98 | 201 | 10 | 5 | 32 |
| | сладкое | 636 | компот из сухофруктов | 200 | 8,74 | 124 | 1 | 0 | 22 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | хлеб приволжский | 60 | 3,10 | 139 | 3 | 0 | 17 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |