Школа	МБОУ "Сергачская СОШ №3"			Отд./корп				День	11/21/2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	каша пшённая вязкая	150	11.00	273	9	11	34
	гор.напиток	379	кофейный напиток	200	9.91	73	3	1	13
	хлеб		пшеничный	30	2.58	58	2	0	13
	хлеб		ржаной	30	1.47	57	1	0	12
		389	сок	200	11.00	83	1	0	20
Завтрак 2	фрукты		яблоко	200	15.24	83	1	1	17
	гор.напиток								
	закуска	43	салат из капусты	85	3.22	54	2	4	2
	1 блюдо	96	рассольник	200	15.38	86	2	4	10
	2 блюдо	128	картофельное пюре	150	8.67	173	3	9	18
	гарнир	455	котлета Домашняя	80	44.98	147	7	9	8
	сладкое								
	хлеб бел.		пшеничный	30	2.58	58	2	0	13
	хлеб черн.		ржаной	30	1.47	66	4	4	6
	напиток	349	компот из сухофруктов	200	3.56	133	1	0	32