

Школа

МБОУ "Сергачская СОШ №3"

Отд./корп

День

12/28/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	запеканка из творога со сгущ.молоком	120		414	32	21	21
	гор.напиток	430	чай с сахаром	200		101	3	3	16
	хлеб		батон	50		131	4	2	26
			груша	100		47	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	41	салат витаминный	100		61	1	3	8
	1 блюдо	106	суп карт.с рыбой	250		146	13	6	10
	2 блюдо	259	гуляш из отв.говядины	100		240	16	18	5
	гарнир	335	картофельное пюре	180		209	4	13	20
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	65		170	5	2	33
	хлеб черн.		ржаной	75		153	5	1	32
		430	чай с сахаром	200		101	3	3	16