

Школа

МБОУ "Сергачская СОШ №3"

Отд./корп

День

2/15/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	325	рис отварной	150		233	4	7	39
	гор.напиток	377	чай с лимоном	200		37	0	0	9
	хлеб		батон	50		131	4	2	26
			ржаной	30		61	2	0	13
		254	рыба запеченая	90		237	22	11	14
Обед	закуска	41	салат Витаминный	100		76	1	3	11
	1 блюдо	84	щи из свежей капусты с карт.	250		83	2	4	9
	2 блюдо	246	гуляш из 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
		358	кисель из сока	200		96	0	0	24