МБОУ "Сергачская СОШ №3"	Отд./корп		День	3/19/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	335	Пюре картофельное	150		165	4	7	20
	гор.напиток	436	напиток лимонный	200		36	0	0	8
	хлеб		батон	50		131	5	2	33
		307	птица отварная	100		196	15	15	0
			яблоко	100		47	0	0	10
			йогурт	110		53	2	2	3
Обед	закуска	10	салат из зел.горошка	100		82	3	5	6
	1 блюдо	84	щи из свежей капусты с карт.	250		83	2	4	9
	2 блюдо	246	гуляш	100		317	16	22	14
	гарнир	171	каша гречневая рассыпчатая	180		219	6	11	26
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	65		170	5	2	33
	хлеб черн.		ржаной	40		82	3	0	17
		349	компот из сухофруктов	200		31	0	0	8