| МБОУ "Сергачская СОШ №3" | Отд./корп | | День | 4/17/2024 |
|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 254 | рыба запечен. | 90 | | 237 | 22 | 11 | 14 |
| | гор.напиток | 379 | кофейный напиток с молоком | 200 | | 100 | 4 | 2 | 16 |
| | хлеб | | батон | 50 | | 131 | 5 | 2 | 33 |
| | | | ржаной | 30 | | 61 | 2 | 0 | 13 |
| | | 325 | рис отварной | 150 | | 233 | 4 | 7 | 39 |
| | | 67 | винегрет овощной | 80 | | 67 | 1 | 4 | 6 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 25 | салат из карт.с фасолью | 100 | | 54 | 1 | 3 | 6 |
| | 1 блюдо | 78 | суп карт.вегетарианский | 250 | | 111 | 2 | 6 | 11 |
| | 2 блюдо | 258 | жаркое по-домашнему | 180 | | 236 | 15 | 14 | 11 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | батон | 65 | | 170 | 5 | 2 | 33 |
| | хлеб черн. | | ржаной | 40 | | 82 | 3 | 0 | 17 |
| | | 349 | компот из сухофруктов | 200 | | 106 | 2 | 0 | 24 |
| | | | | | | | | | |