

МБОУ "Сергачская СОШ №3"

Отд./корп

День

4/26/2024

| 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 | 379 | напиток кофейный | 200 | | 162 | 7 | 5 | 21 |
| | хлеб | | батон | 50 | | 131 | 5 | 2 | 33 |
| | | 278 | тефтели из говядины | 90 | | 168 | 8 | 8 | 15 |
| | | 47 | капуста кваш. | 60 | | 35 | 1 | 1 | 5 |
| | | | йогурт | 110 | | 53 | 2 | 2 | 3 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 46 | салат из белок.капусты | 100 | | 98 | 1 | 5 | 11 |
| | 1 блюдо | 110 | суп пшенный с мясом | 250 | | 166 | 8 | 11 | 7 |
| | 2 блюдо | 311 | плов из птицы | 150 | | 322 | 16 | 15 | 30 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | 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 |