

Школа

МБОУ "Сергачская СОШ №3"

Отд./корп

День

10/14/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	макароны отварные с сыром	150		301	8	16	32
	гор.напиток	382	какао с молоком	200		151	7	6	18
	хлеб		батон	50		131	4	2	26
			йогурт	110		53	2	2	3
			яблоко	100		53	0	0	10
Обед	закуска	43	салат из капусты	100		55	3	3	3
	1 блюдо	99	суп картофельный с бобовыми	250		239	14	13	17
	2 блюдо	255	печень по-строгановски	100		243	23	12	4
	гарнир	325	рис отварной	180		270	4	7	47
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	65		70	5	2	33
	хлеб черн.		ржаной	40		82	3	0	17
		349	компот из сухофруктов	200		31	0	0	8
			молоко	200		113	6	5	10