Школа	МБОУ "Сергачская СОШ №3"	Отд./корп		День	11/7/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл	гор.блюдо	223	запеканка из творога	150		461	33	23	28
	гор.напиток	377	чай с лимоном	215		37	1	0	9
	хлеб		батон	50		131	4	2	26
			фрукт	100					
			конд.изделие	35					
завтрак 5-11									
		223	запеканка из творога	180		540	39	27	33
		377	чай с лимоном	215		37	1	0	9
			батон	65		145	5	2	31
			сок	200		83	1	0	20
Обед	закуска	67	винегрет овощной	100		97	1	7	7
	1 блюдо	62	борщ с мясом	250		220	9	13	17
	2 блюдо	227	рыба припущ.	100		126	21	4	2
	гарнир	325	рис отварной	180		270	4	7	47
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	65		170	5	2	33
	хлеб черн.		ржаной	78		159	5	1	33
		346	компот из цитрусов	200		52	0	0	12