

Школа

МАОУ "СОШ с УИОП № 3"

Отд./корп

День

03.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Икра морковная=	0.030		35	0.72	2.13	3.12
	1 блюдо		Суп крестьянский с рисом со сметаной**	0.200\5		112.8	1.85	6.19	12.34
	2 блюдо		Биточек "Уральский"/свинина,минтай/	0.080		177.78	14.83	4.7	6.9
	гарнир		Соус овощной +	0.030		88	0.98	1.56	6.43
	сладкое		Картофельное пюре**	0.150		138	3.15	6.6	16.35
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	1 кус		57	2.03	0.03	11.65
	хлеб черн.		Хлеб дарницкий	1 кус		50	1.82	0.3	9.35
			Чай с лимоном**	.200/7		61	0.1	0	15.2
						75.50	720	25	22