



Школа Школа гимназия №3 Отд./корп                     

Утверждаю  
 Директор                       
 День 28.09.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастрон	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	гастрон	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9	54	3,5	4,4	0
	гор.блюдо	№ 224 2015г.	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком сгущенным	200/80	38,41	732	29,2	27,6	91,6
	3 блюдо	№ 382 2015г.	КАКАО С МОЛОКОМ	200	11,34	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,25	1,65	21,25
Завтрак 2	фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (впечатать название фрукта в данный день)	150	10,35	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи		82,5	1301	45	44	177
Обед	овощи свеж	№ 71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	7,44	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	№ 88 2015г.	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	250	5,05	83,2	2	6,1	7
	2 блюдо	№ 291 2015г.	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	90/270	40,76	454	25,4	14,8	54,7
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	180	4,8	77,4	0	0	19,4
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,25	1,65	21,25
	фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (впечатать название фрукта в данный день)	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи		82,50	939,60	36,80	23,75	142,75
			Итого за день		165,00	2241,00	81,30	68,20	319,35



Мир Миргородская Л. А.  
Шкуро Шкуро И. И.