УТВЕРЖДЕНО:
И.о. директора МАОУ «Школа № 3»
_____ М.В. Казаченко

Дата: 29.09.2021 год

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	Калл.
Завтрак (6 - 10 лет)	закуска							
	гор.блюдо	Запеканка из творога с повидлом	150\20	48.54	23.1	22.18	35.02	370
	гор.блюдо							
	гор. напиток	Чай с молоком \ц	200	4.05	1.52	1.36	15.9	81
	хлеб	пшеничный	40	2.56	2,28	0,27	14,07	69.3
	хлеб							
	фрукты							
Завтрак (11-18 лет)	закуска							
	гор.блюдо	Запеканка из творога с повидлом	150\20	48.54	23.1	22.18	35.02	370
	гор.блюдо							
	гор. напиток	Чай с молоком \ц	200	4.05	1.52	1.36	15.9	81
	хлеб	пшеничный	40	2.56	2,28	0,27	14,07	69.3
	хлеб							
	фрукты							
Обед (6 - 11 лет)	1 блюдо	Суп овощной со сметаной	250\5	5.06	2.1	7.48	11.69	122.96
	2 блюдо	Котлета из мяса цып	100	24.74	8.99	29.4	11.69	388
	гарнир	Капуста тушеная	150	7.09	0.4	-	27.7	113
	напиток	Кисель	200	3.78	0.08	0.072	22.82	92.4
	хлеб	пшеничный	40	2.56	2,28	0,27	14,07	69.3
	хлеб	ржаной	40	2.56	2.54	0.41	16	80.4
	фрукты							
Обед (12-18 лет)	Закуска							
	1 блюдо	Суп овощной со сметаной	250\5	5.06	2.1	7.48	11.69	122.96
	2 блюдо	Котлета из мяса цып	100	24.74	8.99	29.4	11.69	388
	гарнир	Капуста тушеная	200	9.33	0.4	-	27.7	113
	напиток	Кисель	200	3.78	0.08	0.072	22.82	92.4
	хлеб	пшеничный	40	2.56	2,28	0,27	14,07	69.3
	хлеб	ржаной	40	2.56	2.54	0.41	16	80.4
	фрукты							
Полдник		Печенье сахарное	30	3.14	1.56	0.78	11.42	58.8
		Сок яблочный	200	15.31	5.6	6.4	9.4	104
		Апельсина	200	27.88	1.39	0.31	12.5	62
Дополнительно		Крендель сахарный	30	3.14	1.56	0.78	11.42	58.8
		чай с сахаром	200	1.15	0.06	0.02	14.07	69.3
		Вафли сливочные	30	3.71	0.48	4.53	11.64	97.02