

Школа
МБОУ СОШ № 3 а, Джерай

1-4 кл.

Школа	МБОУ СОШ № 3 а, Джеракой			Отд./корп	День	10.09.2025			
Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	154	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА с медом	150,00	54,98	334,32	12,12	5,24	44,67
	гор.напиток	54 12	КАКАО	200,00	13,55	61,40	4,60	3,60	12,60
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты	386	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	180,00	29,08	192,00	3,00	1,00	23,00
	фрукты								
Обед	закуска		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	11,82	8,40	0,48	0,06	1,98
	1 блюдо	48	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	235,00	44,49	175,10	9,76	6,82	19,01
	2 блюдо	202	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	100,00	38,24	196,14	9,16	13,53	9,44
	гарнир	221	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150,00	7,30	131,78	2,27	5,33	36,87
	сладкое		НАПИТОК ИЗ ГРУШИ ДИЧКИ	200,00	7,97	96,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	1,80	72,60	2,40	0,30	14,60
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,62	49,92	1,05	0,36	10,74

Мед/сестра-Шевоцуккова Р.Р. Ш
Шеф/повар-Шнахова Ж.Т. Ш