

1-4кл.

Школа

МБОУ СОШ № 3 а. Джеракай

Отд./корп

1-4кл

03.10.2025

День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	114	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	205,00	14,45	171,13	5,17	4,20	32,66
	гор.напиток	294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200,00	3,04	61,62	0,07	0,01	15,31
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	1,80	72,60	2,40	0,30	14,60
	сыр, масло	366 365	СЫР ТВЕРДЫЙ МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	35,00	28,16	157,00	5,90	14,57	0,10
	фрукты	386	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100,00	16,15	88,00	3,00	0,00	19,60
Завтрак 2									
Обед	закуска		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	11,82	8,40	0,48	0,06	1,98
	1 блюдо	47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200,00	8,03	99,27	2,26	2,29	17,41
	2 блюдо	189	КОТЛЕТА ГОВЯЖЬЯ	95,00	59,64	228,00	13,78	15,12	7,40
	гарнир	219	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150,00	8,98	175,87	5,82	3,62	15,00
	сладкое	282	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200,00	4,27	125,64	0,16	0,00	44,99
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	1,80	72,60	2,40	0,30	14,60
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,00	2,62	49,92	1,05	0,36	10,74

Мед./сестра-Шевцова Р.Р. *Щ*
 Шеф/повар-Шнахова Ж.Т. *Шмет*