

09.09.2025

День

Отд./корп

МБОУ СОШ №3 г. Джеракай

Школа

Прием пищи	Раздел	№.реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, КАША						
	гор.блюдо	5429	ГРЕЧНЕВАЯ	245,00	65,67	348,77	14,22	14,72	36,10
	гор.напиток	294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200,00	3,06	61,62	0,07	0,01	15,31
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ	60,00	4,42	122,52	3,45	0,66	25,34
	закуска		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	11,82	54,50	0,83	3,20	5,30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	11,82	8,40	0,48	0,06	1,98
	1 блюдо	45	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200,25	8,62	79,03	1,87	3,11	10,95
	2 блюдо	209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	95,00	42,85	240,06	14,21	16,06	9,70
	гарнир	423	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150,00	19,16	94,50	5,60	5,40	5,90
	сладкое	283	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200,00	16,43	163,79	0,56	0,00	47,89
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	1,80	72,60	2,40	0,30	14,60
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,62	49,92	1,05	0,36	10,74

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