

Утверждаю

И.о. директора  О.В.Гурина

День 9.15.2023

Школа МБОУ СОШ №3 МО "Барышский район"

Отд./корп

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 340,19 | омлет натуральный с маслом сливочным              | 150      | 34,06 | 140          | 11    | 8    | 3        |
|            | гор.напиток | 430    | Чай черный с сахаром                              | 200      | 2,86  | 58           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб        | 0,09   | хлеб пшеничный                                    | 60       | 2,44  | 133          | 5     | 0    | 30       |
|            | фрукты      | 28,02  | апельсин  | 100      | 15,10 | 40           | 1     | 0    | 8        |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 72,22  | винегрет овощной заправленный растительным маслом | 60       | 5,80  | 53           | 1     | 3    | 5        |
|            | 1 блюдо     | 140,1  | Суп картофельный с клецками на бульоне            | 200      | 9,52  | 156          | 5     | 4    | 19       |
|            | 2 блюдо     | 267,89 | Котлета куриная запеченная с овощами              | 90       | 38,62 | 341          | 17    | 16   | 41       |
|            | гарнир      | 1,39   | Капуста тушеная белокочанная                      | 150      | 4,82  | 101          | 4     | 6    | 12       |
|            | сладкое     | 407    | Сок фруктовый                                     | 200      | 8,50  | 86           | 0     | 0    | 22       |
|            | хлеб бел.   |        |   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 5,1    | хлеб ржано-пшеничный                              | 70       | 3,80  | 127          | 2     | 0    | 24       |
|            | фрукт       |        |   |          |       |              |       |      |          |

Старший повар



Е.М.Харламова

Медсестра



И.В.Алешина