

Школа	МБОУ " Бординская № 3"			Отд./корп	День 21.11.2023				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	279	тефтели с соусом,макароны отварные	260	36,24	147	12	8	9
	гор.напиток	349	компот из сухофруктов	200	5,67	133	1	0	23
	хлеб	пр	пшеничный	40	1,42	97	1	2	20
	закуска	67	винегрет овощной	100	15,19	95	1	5	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	88	щи со свежей капусты	200	19,16	79	5	4	6
	2 блюдо	268	котлета с соусом	140	34,61	235	12	14	13
	гарнир	302	каша гречневая рассыпчатая	150	13,39	244	9	7	30
	сладкое								
	хлеб бел.	пр	пшеничный	40	1,42	97	1	2	20
	хлеб черн.	пр	ржаной	40	1,80	97	1	2	18
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200	7,41	60	0	0	15
	фрукты	338	апельсин	100	10,00	43	1	0	14

и.о. директора *И.И. Шторм* и.о. в.з.

