

Утверждено
 Директор МБОУ лицей №3
 Свиридова В.В.



Школа МБОУ лицей №3 г.
 Минеральные Воды

Отд./корп

День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------------------------------------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 181 | Каша жидкая молочная манная с маслом | 205 | 13,28 | 184 | 3 | 4 | 21 |
| | гор.напиток | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,43 | 94 | 3 | 3 | 14 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 1,93 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| | кисломол. | 14 | Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5% | 10 | 7,53 | 66 | 0 | 7 | 0 |
| | фрукты | 338 | Яблоки свежие сезонные калиброванные | 120 | 11,04 | 80 | 0 | 0 | 12 |
| | кисломол. | 15 | Сыр Российский | 15 | 11,68 | 94 | 3 | 4 | 0 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 84 | Борщ с фасолью и картофелем со сметаной | 255 | 10,47 | 168 | 4 | 5 | 15 |
| | 2 блюдо | 234 | Котлеты рыбные | 100 | 33,42 | 234 | 15 | 19 | 12 |
| | гарнир | 310 | Картофель отварной с маслом | 185 | 13,25 | 220 | 5 | 5 | 29 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | 1,93 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,39 | 52 | 2 | 0 | 10 |
| | напиток | 495 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,13 | 84 | 1 | 0 | 20 |
| фрукты | 338 | Яблоки свежие сезонные калиброванные | 120 | 11,04 | 80 | 0 | 0 | 12 | |

Заведующая производством

Ответственная по питанию

Свиридова В.В.
Исламова М.Т.

Исламова М.Т.

Айрапетова Р.А.