



Утверждено
Директор МБОУ лицей №3
Свиридова В.В.

Школа

МБОУ лицей №3 г. Минеральные Воды

Отд./корп

День

26.11.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 231 | Сырники из творога со сгущенным молоком | 160 | 70,68 | 348 | 23 | 19 | 35 |
| | гор.напиток | 462 | Какао с молоком | 200 | 9,43 | 94 | 3 | 3 | 14 |
| | хлеб | | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,39 | 52 | 2 | 0 | 10 |
| | кисломол. | | Биойогурт | 125 | 16,25 | 145 | 4 | 4 | 23 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 306 | Горошек зеленый консервированный | 60 | 16,80 | 78 | 2 | 3 | 11 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 255 | 9,03 | 103 | 2 | 5 | 13 |
| | 2 блюдо | 291 | Плов из птицы | 300 | 51,32 | 574 | 27 | 30 | 57 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | 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 | 342 | Компот из свежих яблок | 200 | 5,96 | 147 | 0 | 0 | 29 |

Заведующая производством

Ответственная по питанию

Исламова М.Т.

Айрапетова Р.А.