



Утверждено  
Директор МБОУ лицей №3  
Свиридова В.В.

Школа  Отд./корп  День

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 291     | Плов из птицы                                   | 300      | 53,85 | 574          | 27    | 30   | 57       |
|            | гор.напиток | 457     | Чай с сахаром                                   | 210      | 1,85  | 38           | 0     | 0    | 9        |
|            | хлеб        |         | Хлеб пшеничный                                  | 40       | 2,66  | 94           | 3     | 0    | 19       |
|            | гор.блюдо   |         |   |          |       |              |       |      |          |
|            | фрукты      |         |   |          |       |              |       |      |          |
|            | кисломол.   |         | Биоюгурт  |          | 125   | 33,10        | 145   | 4    | 4        |
| Завтрак 2  | фрукты      |         |   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |         |   |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 108,109 | Суп картофельный с клецками                     | 250      | 10,19 | 125          | 2     | 3    | 13       |
|            | 2 блюдо     | 281     | Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом | 100      | 54,93 | 264          | 12    | 13   | 10       |
|            | гарнир      | 203     | Макароны отварные с маслом                      | 185      | 11,83 | 226          | 6     | 6    | 32       |
|            | сладкое     |         |   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |         | Хлеб пшеничный                                  | 30       | 2,00  | 71           | 2     | 0    | 14       |
|            | хлеб черн.  |         | Хлеб ржано-пшеничный                            | 30       | 1,92  | 52           | 2     | 0    | 10       |
|            | напиток     | 495     | Компот из сухофруктов                           | 200      | 4,80  | 84           | 1     | 0    | 20       |

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Ответственная по питанию \_\_\_\_\_

Исламова М.Г.

Айрапетова Р.А.