



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	210	Омлет натуральный	164	48,19	254,2	17,4	17,5	14,99
	закуска	306	Горошек зеленый консервированный	60	16,8	78,16	1,86	2,64	10,8
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	210	1,42	38	0,2	0,1	9,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	1,93	94	3,16	0,4	19,32
	фрукты	338	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,04	79,53	0,48	0,48	11,94
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	9,03	103	2	5	13
	2 блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	150	55,7	353	18	21	23
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом	185	8,6	226	6	6	32
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	1,45	71	2	0	14
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,39	52	2	0	10
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	4,13	84	1	0	20

Заведующая производством
Ответственная по питанию

Исламова М.Г.
Айрапетова Р.А.