

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	282	Котлеты из говядины	100	62,35	239	16	12	16
	гор.напиток	459	Чай с сахаром с лимоном	217	3,25	40	0	0	10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	70	3	0	13
	фрукты		Мандарины свежие калиброванные	120	17,28	42	1	0	9
	гор.блюдо	203	Макароны отварные с маслом	185	11,83	226	6	6	32
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	9,55	190	5	5	16
	2 блюдо	294	Биточки рубленые из птицы	100	33,86	309	17	15	30
	гарнир	321	Капуста тушеная	180	17,65	244	4	7	17
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,00	71	2	0	14
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,60	44	2	0	8
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	5,58	144	1	0	21

Заведующая производством  Исламова М.Т.  
 Ответственная по питанию  Айрапетова Р.А.