



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	294	Биточки рубленые из птицы	100	32,39	294	17	15	30
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	210	1,42	38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	1,93	94	3	0	19
	фрукты		Апельсины свежие калиброванные	160	21,44	132	1	0	31
	гор.блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	10,09	316	11	7	48
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	140	Свекла, тушеная в соусе	60	4,72	70	1	4	6
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский	250	8,43	149	2	5	17
	2 блюдо	347	Котлета "Школьная"	100	47,84	263	15	11	13
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом	185	8,60	226	6	6	32
	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

Заведующая производством  
Ответственная по питанию

Исламова М.Т.  
Айрапетова Р.А.