



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	223	Запеканка из творога со сгущённым молоком	160	73,21	397	26	20	50
	гор.напиток	462	Какао с молоком	200	11,12	94	3	3	14
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	70	3	0	13
	кисломол.		Биойогурт	125	33,10	145	4	4	23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	9,55	135	5	5	16
	2 блюдо	290	Птица тушеная в соусе	160	46,97	230	26	30	8
	гарнир	305	Рис припущенный	180	12,50	200	4	4	27
	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	342	Компот из свежих яблок	200	7,36	147	0	0	29	

Заведующая производством
Ответственная по питанию

Исламова М.Т.
Айрапетова Р.А.

Исламова М.Т.
Айрапетова Р.А.