



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №3 г. Ак-Довурака
 _____ Донгак Э.Б.

Школа МБОУ СОШ №3 г. Ак-Довурака

Отд./корп

День 3

20.11.2024

прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	349-7.4	каша молочная пшеничная	200		207,429	5,963	7,465	29,098
	гор.напиток	378-11.3	чай с молоком сахаром	200		145,72	3,52	3,72	25,49
	хлеб	пром	хлеб пшеничный	50		144,72	5,956	7,984	12,26
		14.06.2010	масло сливочное (порционно)	10		74,8			
Завтрак 2	фрукты	389-13.3	мандарин	120		94	0,8	0,8	19,6
	ИТОГО								
Обед	закуска	68-9.2	Винегрет овощной	200		234,433	4,079	751	13,439
	1блюдо	96-1.2	рассольник ленинградский	200		91,4	7,4	3,4	7,8
	2 блюдо	268-2.1	биточки из говядины	90		241,601	11,91	17,316	9,503
	гарнир	302-7.1	пшено рассыпчатый	80		196,66	4,466		
	хлеб	пром	хлеб пшеничный	40		79,98	2,628	0,492	16,26
	гор.напиток	348-11.9	напиток из кураги	200		68,76	3,88	3,1	10,198

