Школа	МБОУ СОШ №3 г. Алагира	Отд./корп							День	5/20/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	230, 312	Рыба запеченная. Пюре картофельное с маслом сливочным.	80/150/5	61.02	133	15	6	5
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	2.58	62	0	0	15
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	1.60	44	1	0	9
		14	масло сливочное (порциями)	10	3.20	66	0	7	0
			итого за прием пищи		68.40				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								