Школа	- МБОУ "Школа-лицей" №3 г. Симферополя	Отд./корп		Дата	19.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный с маслом	**111,0**		**227,1**	**10,8**	**19,5**	**2,1**
	Кисломол.пр	386	Кефир	**200,0**		**100,2**	**5,8**	**5,0**	**8,0**
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный	**40,0**		**94,8**	**3,2**	**0,4**	**19,6**
	напитки	пр	Сок фруктовый 0,2 1 шт	**200,0**		**84,8**	**1,0**	**0,0**	**20,2**
	ИТОГО			**551,0**		**506,9**			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								