

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 3

" 06 " 03 2024 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3  
 Дата 06.03.24  
 День: \_\_\_\_\_  
 Неделя: \_\_\_\_\_ 1  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 3  
 Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п          | Прием пищи, наименование блюда       | выход в граммах | Белки      | Жиры       | Углеводы | калорийность | цена блюда |
|----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|------------|----------|--------------|------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                      |                 |            |            |          |              |            |
| 1.             | Салат из свеклы с огурцами солеными  | 60              | 0,70       | 1,00       | 2,60     | 22,20        | 14,00р.    |
| 2.             | Шницель натуральный рубленый         | 90              | 15,55      | 18,67      | 8,06     | 191,86       | 35,50р.    |
| 3.             | Макаронные изделия отварные с маслом | 150             | 5,45       | 5,79       | 30,45    | 195,71       | 15,00р.    |
| 4.             | Чай с лимоном                        | 200             | 0,13       | 0,02       | 15,20    | 61,50        | 7,00р.     |
| 5.             | Хлеб пшеничный                       | 25              | 1,49       | 0,18       | 10,54    | 55,81        | 2,00р.     |
| 6.             | Хлеб ржаной                          | 25              | 1,40       | 0,28       | 11,35    | 50,52        | 2,50р.     |
|                | Всего:                               | 550             | 24,7229412 | 25,9382353 | 78,195   | 577,60       |            |
| <b>ОБЕД</b>    |                                      |                 |            |            |          |              |            |
| 1.             | Салат из квашенной капусты           | 60              | 1,03       | 3,01       | 5,10     | 51,62        | 14,00 р    |
| 2.             | Суп картофельный с бобовыми          | 200             | 4,40       | 4,21       | 12,00    | 118,60       | 21,00 р    |
| 3.             | Гуляш из говядины                    | 100             | 14,55      | 16,79      | 2,89     | 221,00       | 63,00 р    |
| 4.             | Каша вязкая (гречневая)              | 150             | 8,85       | 5,15       | 39,80    | 243,75       | 17,00 р    |
| 5.             | Кисель из сока плодового             | 200             | 0,31       | 0,00       | 39,40    | 158,84       | 10,00 р    |
| 6.             | Хлеб пшеничный                       | 40              | 2,38       | 0,29       | 16,86    | 89,30        | 2,50 р     |
| 7.             | Хлеб ржаной                          | 20              | 1,12       | 0,22       | 9,08     | 40,42        | 2,00 р     |
|                | Всего:                               | 770             | 32,644     | 29,672     | 125,134  | 923,52       |            |

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

