



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3

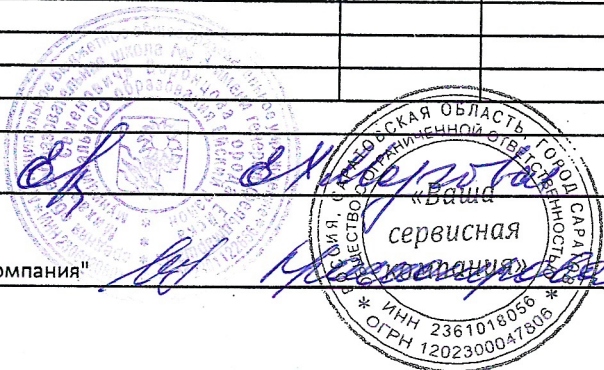
8 октября 2021 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 8.10.21
 День:
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 5
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Кал
ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	6
2.	Рыба, тушенная с овощами	120	13,00	6,60	9,70	1
3.	Каша рисовая с морковью	150	2,90	5,40	27,20	2
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	6
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	8
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	5
	Всего	595	23,15	15,09	87,81	6
	Стоимость завтрака	81,44P				
ОБЕД						
1.	Овощи натуральные (помидор свежий)	60	0,67	0,06	2,10	1
2.	Щи из квашенной капусты с картофелем	200	1,35	4,29	6,96	7
3.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	21
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	8
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	8
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	8
7.	Пирог "Южный"	80	5,44	5,46	39,38	14
	Всего	795	25,644	22,466	118,864	70
	Стоимость обеда	110,02P				

Директор МБОУ СОШ № 3



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"