

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 3

« 04 » 03 2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 04.03.24
 День: _____
 Неделя: _____ 1
 Номер дня недели: _____ 1
 Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в грамма х	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийнос ть	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	15,00р.
2.	Омлет натуральный	200	18,57	25,60	3,51	386,20	43,00р.
3.	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68	12,00р.
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	14,50р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,5
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94	3,5
7.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	10
	Всего	725	38,92	39,92	83,47	920,63	
ОБЕД							
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,95	89,28	15,00р.
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,50	8,13	16,80	150,33	28,00р.
3.	Плов из отварной говядины	230	23,46	21,95	37,31	455,40	75,00р.
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р.
	Всего	860	33,27	31,09	130,28	949,94	

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

