



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 3
 30.09.24
 2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3

Дата 30.09.24

День:

Неделя: 2

Номер дня недели: 7

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена блюда
ЗАВТРАК							
1.	Салат из белокачанной капусты	60	0,78	1,90	3,87	36,24	14,00р.
2.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52	52,00р.
3.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00р.
4.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
	Всего:	500	17,434	14,188	86,684	551,416	
ОБЕД							
1.	Овощи натуральные (огурец соленый)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	14,00 Р
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	106,76	21,00 Р
3.	Рыба, тушенная с овощами	120	13,00	6,60	9,70	140,00	49,60 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	3,23	4,22	25,80	231,80	17,00 Р
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
	Всего:	810	23,366	15,646	108,506	778,02	

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



Красноперова