

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 3
 "04" / 12 / 2023 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 04.12.23
 День: _____
 Неделя: _____ 1
 Номер дня недели: _____ 1
 Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50
2.	Омлет натуральный	200	18,57	25,60	3,51	386,20
3.	Сыр порциями	20	5,20	5,32	0,00	68,68
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94
7.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50
	Всего	725	38,92	39,92	83,47	920,63
	Стоимость завтрака	83,86Р				
ОБЕД						
1.	Икра кабачковая	100	1,68	0,08	20,95	89,28
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	2,50	8,13	16,80	150,33
3.	Плов из отварной говядины	230	23,46	21,95	37,31	455,40
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего	860	33,27	31,09	130,28	949,94
	Стоимость обеда	117,41Р				

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



«Ваша сервисная компания»
 [Signature]