



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 3

2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3

Дата 23.01.24

День:

Неделя: 1

Номер дня недели: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена блюда
ЗАВТРАК							
1.	Салат из моркови с яблоком	60	0,91	3,07	7,91	63,01	14,00 Р
2.	Пудинг из творога запеченый	160	13,20	13,92	21,20	241,88	52,00 Р
3.	Сгущенное молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54	5,00 Р
4.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,95	82,89	10,00 Р
	Всего:	510	25,47	30,218	103,39	659,306	
ОБЕД							
1.	Овощи натуральные (огурец соленый)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	14,00р.
2.	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03	21,00р.
3.	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	90	9,05	10,20	10,69	170,76	35,50р.
4.	Каша вязкая пшеничная	150	4,94	7,89	32,18	219,00	17,00р.
5.	Банан свежий	120	1,80	1,80	25,20	115,20	10,00р.
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	5,00 Р
7.	Сыр порциями	30	7,8	7,98	0	103,02	24,00 Р
8.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	930	29,86	33,48	123,99	911,60	

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



Красноперлова