

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 3 *Е. П. Мозикова*  
 "04" / "03" / 2024 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3  
 Дата 04.03.24  
 День: \_\_\_\_\_  
 Неделя: \_\_\_\_\_ 1  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 4  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена блюда
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	14,00р.
2.	Запеканка картофельная с мясом	175	10,30	11,17	15,33	290,05	52,00р.
3.	Фруктовый чай ( с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00р.
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
5.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего:	500	15,694	12,188	66,214	545,236	
<b>ОБЕД</b>							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	14,00 Р
2.	Рассольник	200	2,02	5,00	11,98	101,81	21,00 Р
3.	Голубцы ленивые	90	7,50	7,65	5,63	171,40	35,50 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	3,23	4,22	25,80	231,80	17,00 Р
5.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	10,00 Р
6.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
7.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
8.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
	Всего:	900	18,956	19,946	110,566	844,51	

Директор МБОУ СОШ № 3



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"