

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 3
 " 23 " 04 2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 23.04.24
 День: вторник
 Неделя: 2
 Номер дня недели: 8
 Возрастная категория: 12 лет и старше

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | цена |
|----------------|------------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|--------------|--------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1. | Салат из белокочанной капусты | 100 | 1,30 | 3,16 | 6,45 | 61,23 | 15,00р |
| 2. | Рагу из птицы | 200 | 14,35 | 13,39 | 17,37 | 247,45 | 52,00р |
| 3. | Кисель из сока плодового | 200 | 0,31 | 0,00 | 39,40 | 158,84 | 10,00р |
| 4. | Хлеб ржаной | 60 | 3,36 | 0,67 | 27,24 | 121,25 | 4,50р. |
| 5. | Хлеб пшеничный | 40 | 2,38 | 0,29 | 16,86 | 89,30 | 2,50р. |
| | Всего: | 600 | 21,71 | 17,51 | 107,33 | 678,07 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1. | Овощи натуральные (огурец соленый) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 | 18,00р |
| 2. | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,50 | 6,25 | 16,80 | 133,45 | 28,00р |
| 3. | Рыба, тушеная с овощами | 140 | 15,17 | 7,70 | 11,32 | 163,33 | 49,60р |
| 4. | Капша вязкая (ячневая) | 180 | 5,58 | 10,98 | 31,08 | 257,20 | 17,00р |
| 5. | Компот из яблок | 200 | 0,52 | 0,18 | 28,86 | 119,10 | 10,00р |
| 6. | Хлеб пшеничный | 60 | 3,58 | 0,43 | 25,30 | 133,94 | 3,00р |
| 7. | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,45 | 18,16 | 80,83 | 3,00р |
| | Всего: | 970 | 30,39 | 26,09 | 133,22 | 897,86 | |

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

«Ваша сервисная компания»
 ООО


