

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3

"11" декабря 2023 г.

# МЕНЮ

наименование и номер школы № 3

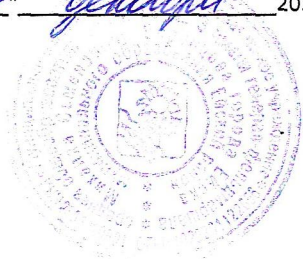
дата 11.12.23

класс: \_\_\_\_\_

уроков в день: 2

номер дня недели: 6

возрастная категория: 7-11 лет



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Сыр порциями	15	3,90	3,99	0,00	51,51
2.	Каша манная молочная	210	5,10	10,72	33,42	250,56
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
5.	Банан свежий	120	1,80	1,80	25,20	115,20
	Всего:	585	15,974	19,988	95,194	625,256
	Стоимость завтрака	81,44Р				
<b>ОБЕД</b>						
1.	Салат из свеклы отварной.	60	0,85	3,62	4,98	55,89
2.	Суп из овощей со сметаной	200	1,27	3,99	7,31	76,87
3.	Запеканка картофельная с мясом	175	10,30	11,17	15,33	290,05
4.	Фруктовый чай ( с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80
5.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,95	82,89
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
	Всего:	735	19,406	22,086	86,346	741,86
	Стоимость обеда	110,02Р				

Директор МБОУ СОШ № 3

заготовлено по заказу от МБОУ СОШ № 3 с/п. производством ООО "Ваша сервисная компания"

