

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 3 *С. И. Мозгова*  
 "06" 03 2024 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3  
 Дата 06.03.24  
 День: \_\_\_\_\_  
 Неделя: \_\_\_\_\_ 1  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 3  
 Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00	15,00 Р
2.	Шницель натуральный рубленый	100	10,31	15,13	8,95	213,18	35,50 Р
3.	Макаронные изделия отварные	180	6,55	6,94	36,55	234,85	15,00 Р
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	7,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего	660	22,78	24,49	100,06	716,65	
<b>ОБЕД</b>							
1.	Салат из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17	15,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50	28,00 Р
3.	Гуляш из говядины	120	17,46	20,15	3,47	265,2	70,00 Р
4.	Каша вязкая (гречневая)	180	10,62	6,18	59,76	337,14	17,00 Р
5.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Всего	950	39,38	38,43	162,43	1248,62	

Директор МБОУ СОШ № 3 *С. И. Мозгова*  
 Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" *С. И. Мозгова*

