

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 3 *С. С. Козлова*
 " 14 " *сентября* 2022 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 14.09.22
 День: _____
 Неделя: _____ 1 _____
 Номер дня недели: _____ 4 _____
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Запеканка картофельная с мясом	175	290,05
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	61,80
4.	Хлеб пшеничный	40	89,30
5.	Хлеб ржаной	25	50,52
	Всего:	500	545,24
			81,44 Р
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	47,64
2.	Рассольник	200	101,81
3.	Голубцы ленивые	90	171,40
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	231,80
5.	Яблоко свежее	120	55,50
6.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
7.	Хлеб пшеничный	60	133,94
8.	Хлеб ржаной	20	40,42
	Всего:	900	844,51
			110,02 Р

Директор МБОУ СОШ № 3



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" *И. Краснагорова*