УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 3
«20» 12 2023 г.

меню

Наименование и номер школы № 3
Дата 20.12.23
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
	ЗАВТРАК					
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00
2.	Шницель натуральный рубленный	100	10,31	15,13	8,95	213,18
3.	Макаронные изделия отварные	180	6,55	6,94	36,55	234,85
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего	660	22,78	24,49	100,06	716,65
	Стоимость завтрака 83,86Р					
	ОБЕД					
1.	Салат из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50
3.	Гуляш из говядины	120	17,46	20,15	3,47	265,2
4.	Каша вязкая (гречневая)	180	10,62	6,18	59,76	337,14
5.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
8.	Всего	950	39,38	38,43	162,43	1248,62
	Стоимость обеда 117,41Р					

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"