



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3

Дата 23.01.24

День: _____

Неделя: _____ 1

Номер дня недели: _____ 2

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
1.	Салат из моркови с яблоком	100	1,52	5,11	13,18	105,01
2.	Пудинг из творога запеченый	200	16,50	17,40	26,50	302,40
3.	Сгущенное молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54
4.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
5.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62
6.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	25	2,80	3,15	30,03	159,58
	Всего	605	31,09	36,71	134,26	860,84
	Стоимость завтрака	87,22P				

ОБЕД						
1.	Овощи натуральные (огурец свежий)	100	0,80	0,10	1,70	10,00
2.	Суп с крупой и томатом	250	1,38	5,99	6,10	83,79
3.	Котлеты, рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	100	10,05	11,13	11,88	189,72
4.	Каша вязкая пшеничная	180	5,93	9,47	38,62	262,80
5.	Банан свежий	120	1,80	1,80	25,20	115,20
6.	Сыр порциями	30	7,80	7,98	0,00	103,02
7.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46
8.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего	1 080	33,64	37,37	141,95	1 039,
	Стоимость обеда	122,11P				

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

Ваша сервисная компания
Красноперова

