

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 3

*С. С. Мозюкова*  
 "28" 12 2023 г.

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3  
 Дата 28.12.23  
 День: \_\_\_\_\_  
 Неделя: \_\_\_\_\_ 2  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 9

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57
2.	Зразы рыбные рубленые	90	9,42	14,94	13,99	178,00
3.	Картофель отварной	150	2,93	5,06	17,39	126,80
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
	Всего:	550	17,25	20,51	85,74	549,5
	Стоимость завтрака	81,44Р				
<b>ОБЕД</b>						
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60
3.	Фрикадельки из кур	90	10,34	15,75	5,60	214,00
4.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,45	5,79	30,45	195,71
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего:	780	26,1269	28,8042	98,804	807,882706
	Стоимость обеда	110,02Р				

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



*С. С. Мозюкова*  
*Василисерева*