

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 3 *В.О. Колесникова*
 2024 г.

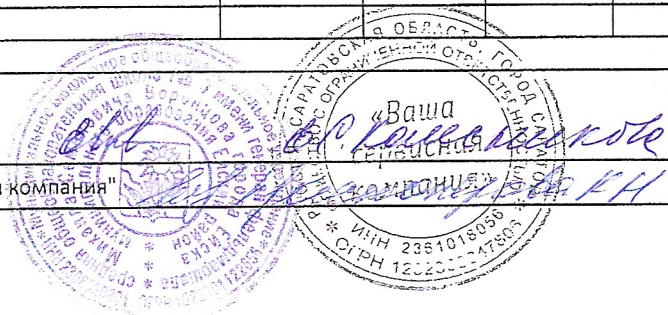


МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 2.04.24
 День: Вторник
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 5
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	15,00 Р
2.	Рыба, тушенная с овощами	140	15,17	7,70	11,32	163,33	49,60 Р
3.	Каша рисовая с морковью	180	3,48	6,48	32,64	220,79	17,00 Р
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	5,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94	3,50 Р
	Всего	705	29,29	19,16	109,09	736,31	
ОБЕД							
1.	Овощи натуральные (помидор соленый)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	18,00 Р
2.	Щи из квашенной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75	28,00 Р
3.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57	62,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	100	6,8	6,825	39,225	185,50	15,00 Р
	Всего:	980	32,93	28,57	135,06	879,40	

Директор МБОУ СОШ № 3 *В.О. Колесникова*



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" *В.О. Колесникова*