



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3

2023

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 04.09.23
 День: _____
 Неделя: _____ 1
 Номер дня недели: 5
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Рыба, тушенная с овощами	140	163,33
3.	Каша рисовая с морковью	180	220,79
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Хлеб ржаной	45	90,94
	Всего	705	736,312
			83,86 Р
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные (помидор свежий, соленый)	100	20,00
2.	Щи из квашенной капусты	250	89,75
3.	Рагу из птицы	230	284,57
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	60	133,94
6.	Хлеб ржаной	40	80,83
7.	Пирог "Южный"	100	185,50
	Всего:	980	879,40
			117,41 Р

Директор МБОУ СОШ № 3



В.И. Мозгова

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

В.А. Красоткина

