

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

Н.Г. Хубанова

МЕНЮ

«15» ноября 2023г.

День 3

Завтрак учащихся 7-11 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
Завтрак	гор. блюдо	223/ Н	Запеканка из творога/ Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	190	79,30	418	19	18	54
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	11,50	28	0	0	7
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	3,06	64	2	0	14
	фрукты	338	Фрукты св.	100	12,57	47	0	0	10
Доп. питание			Молоко в индив. упаковке	200	35,0				
			Кондитерское изделие	50	40,0				

Обед учащихся 7-11 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)	60	5,73	13	1	0	2
	1 блюдо	119	Суп с бобовыми (горох)	200	6,55	78	3	4	5
	2 блюдо	258 /1	Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 91/150	240	86,99	455	16	15	35
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	3,32	64	0	0	16
	хлеб бел.	Н	Хлеб пшеничный	45	4,59	96	4	0	22
	хлеб черн	Н	Хлеб ржаной	40	4,00	86	2	0	20

Повар

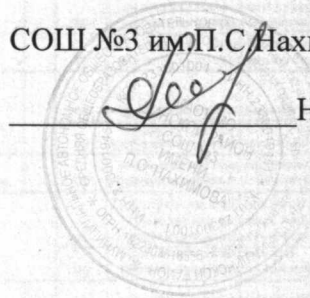
Труфанова С.И.

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Н.Г. Хубанова



МЕНЮ

«15» ноября 2023г.

День 3

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
Завтрак	гор. блюдо	223/Н	Запеканка из творога/Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	220	79,30	418	19	18	54
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	11,50	28	0	0	7
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	40	3,06	64	2	0	14
	фрукты	338	Фрукты св.	100	12,57	47	0	0	10

Обед учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)	100	5,73	13	1	0	2
	1 блюдо	119	Суп с бобовыми (горох)	250	6,55	78	3	4	5
	2 блюдо	258/1	Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 91/150	280	86,99	455	16	15	35
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	3,32	64	0	0	16
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	40	4,59	96	4	0	22
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	40	4,00	86	2	0	20

Повар

*Ирина Степановна*