

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской рай

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«12» сентября 2023г.

День 2

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угл.
Завтрак	гор.блюдо	279/203/45	Тефтели 2-й вариант/Макаронные изделия отварные с маслом/Салат из белокочанной капусты	260	78.56	376	15	15	
	гор.напиток	376	Чай с лимоном и сахаром	200	5.55	84	0	0	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	4.76	43	1	0	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	2.28	85	3	0	

МЕНЮ

«12» сентября 2023г.

День 2

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угл.
Завтрак	гор.блюдо	279/203/45	Тефтели 2-й вариант/Макаронные изделия отварные с маслом/Салат из белокочанной капусты	260	78.56	376	15	15	
	гор.напиток	376	Чай с лимоном и сахаром	200	5.55	84	0	0	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	4.76	43	1	0	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	2.28	85	3	0	

Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«12» сентября 2023г.

День 2

Обед учащихся 7-11 лет с ОВЗ 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Угле- водь
Обед	закуска	52	Салат из свеклы отварной	60	10,49	47	1	2	5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200	12,26	87	2	4	11
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	53,40	147	15	7	8
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшен. с маслом)	180	22,98	180	3	7	24
	сладкое	Н	Мармелад	40	16,90	120	0	0	29
	напиток	389	Сок фруктовый	200	3,06	84	1	0	20
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	2,28	64	2	0	14
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	20	6,81	43	1	0	10

Повар Труфанова С.И.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Угле- водь
Обед	закуска	52	Салат из свеклы отварной	60	10,49	47	1	2	5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200	12,26	87	2	4	11
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	53,40	147	15	7	8
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшен. с маслом)	180	22,98	180	3	7	24
	сладкое	Н	Мармелад	40	16,90	120	0	0	29
	напиток	389	Сок фруктовый	200	3,06	84	1	0	20
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	2,28	64	2	0	14
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	20	6,81	43	1	0	10

Утверждаю

И.о. Директора МАОУ МО Динской рай

СОШ №3 им. П.С. Нахимова

Д.Н. Шило



МЕНЮ

«12» сентября 2023г.

День 2

Обед учащихся 12-18 лет с ОВЗ 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход Г	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Уг. во
Обед	закуска	52	Салат из свеклы отварной	60	10,49	47	1	2	5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200	12,26	87	2	4	11
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	53,40	147	15	7	8
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшен. с маслом)	180	22,98	180	3	7	24
	сладкое	Н	Мармелад	40	16,90	120	0	0	29
	напиток	389	Сок фруктовый	200	3,06	84	1	0	20
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	2,28	64	2	0	14
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	20	6,81	43	1	0	10

Повар

Саакова Е.И.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход Г	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Уг. во
Обед	закуска	52	Салат из свеклы отварной	60	10,49	47	1	2	5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200	12,26	87	2	4	11
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	53,40	147	15	7	8
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшен. с маслом)	180	22,98	180	3	7	24
	сладкое	Н	Мармелад	40	16,90	120	0	0	29
	напиток	389	Сок фруктовый	200	3,06	84	1	0	20
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	2,28	64	2	0	14
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	20	6,81	43	1	0	10