



Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской рай

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«13» октября 2023г.

День 5

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Бел ку	Жи ры	У во
Завтрак	гор. блюдо	173/ 312/ 47	Отбивная из птицы/Пюре картофельное/Салат из квашеной капусты	280	84,43	325	15	18	26
	напиток	389	Сок фруктовый	200	16,90	84	1	0	20
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	40	3,06	64	2	0	14
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	30	2,28	43	1	0	10
	фрукты	338	Фрукты св.	100	12,57	47	0	0	10

Обед учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Бел ки	Жи ры	У во
Обед	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами	250	9,93	98	2	2	17
	2 блюдо	271	Котлеты домашние	100	87,00	276	16	18	13
	гарнир	143	Рагу из овощей	250	22,14	198	4	12	20
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	4,65	90	1	0	22
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	4,59	96	4	0	22
Завтрак	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	30	1,90	43	1	0	10
	напиток	389	Сок фруктовый	200	16,90	84	1	0	20
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	40	3,06	64	2	0	14
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	30	2,28	43	1	0	10
	фрукты	338	Фрукты св.	100	12,57	47	0	0	10

Повар  Саакова Е.И.