

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Н.Г.Хубанова



## МЕНЮ

«11» апреля 2024г.

День 9

Завтрак учащихся 7-11 лет 1 смена

| Прием пи | Раздел     | № рец.   | Блюдо  | Выход, | Цена   | Калорийность | Белки | Жирь | Угле воды |
|----------|------------|----------|--|--------|--------|--------------|-------|------|-----------|
| Завтрак  | гор. блюдо | 211/73-1 | Омлет с сыром/Икра кабачковая промыщ, производства | 190    | 110,98 | 249          | 14    | 18   | 5         |
|          | напиток    | 379      | Кофейный напиток с молоком                         | 200    | 14,99  | 98           | 3     | 3    | 14        |
|          | хлеб бел   | Н        | Хлеб пшеничный                                     | 30     | 3,06   | 64           | 2     | 0    | 14        |
|          | сладкое    | Н        | Мармелад   | 40     | 6,81   | 120          | 0     | 0    | 29        |
|          | фрукты     | 338      | Фукты св.  | 100    | 12,57  | 47           | 0     | 0    | 10        |

Обед учащихся с 7-11 лет 1 смена

| Прием пищи | Раздел   | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|----------|--------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | закуска  | 62     | Салат из св. моркови с сахар          | 60       | 5,33  | 49           | 1     | 0    | 12       |
|            | 1 блюдо  | 81     | Борщ                                  | 200      | 10,51 | 77           | 1     | 4    | 9        |
|            | 2 блюдо  | 279    | Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20  | 120      | 61,79 | 190          | 10    | 8    | 12       |
|            | гарнир   | 171    | Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) | 150      | 13,36 | 234          | 8     | 5    | 42       |
|            | напиток  | 342    | Компот из свежих плодов               | 200      | 9,32  | 64           | 0     | 0    | 16       |
|            | хлеб бел | Н      | Хлеб пшеничный                        | 40       | 4,76  | 85           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб чер | Н      | Хлеб ржаной                           | 40       | 4,00  | 86           | 2     | 0    | 20       |

Повар  Труфанова С.И.

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им. Г.С. Нахимова

Г.Г. Хубанова



## МЕНЮ

«11» апреля 2024г.

День 9

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

| Прием пищи | Раздел     | № рец.   | Блюдо   | Выход | Цена   | Калорийность | Белк | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|----------|---|-------|--------|--------------|------|------|----------|
| Завтрак    | гор. блюдо | 211/73-1 | Омлет с сыром/Икра кабачковая, промышленного производства | 260   | 110,98 | 249          | 14   | 18   | 5        |
|            | напиток    | 379      | Кофейный напиток с молоком                                | 200   | 14,21  | 98           | 3    | 3    | 14       |
|            | хлеб бел   | Н        | Хлеб пшеничный  | 45    | 3,06   | 64           | 2    | 0    | 14       |
|            | сладкое    | Н        | Мармелад  | 40    | 6,81   | 120          | 0    | 0    | 29       |
|            | фрукты     | 338      | Фрукты св.  | 100   | 12,57  | 47           | 0    | 0    | 10       |

Обед учащихся с 12-18 лет 1 смена

| Прием пищи | Раздел   | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|----------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | закуска  | 62     | Салат из св. моркови с сахаром       | 100      | 5,33  | 49           | 1     | 0    | 12       |
|            | 1 блюдо  | 81     | Борщ                                 | 250      | 10,51 | 77           | 1     | 4    | 9        |
|            | 2 блюдо  | 279    | Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20 | 120      | 61,79 | 190          | 10    | 8    | 12       |
|            | гарнир   | 171    | Каша рассыпчатая (пшеница) с маслом  | 180      | 13,36 | 234          | 8     | 5    | 42       |
|            | напиток  | 342    | Компот из свежих плодов              | 200      | 9,32  | 64           | 0     | 0    | 16       |
|            | хлеб бел | Н      | Хлеб пшеничный                       | 40       | 4,76  | 85           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб чер | Н      | Хлеб ржаной                          | 30       | 4,00  | 86           | 2     | 0    | 20       |

Повар

Саакова Е.И.