

Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской райо

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.

МЕНЮ

«16» октября 2023г.

День 6

Завтрак учащихся 7-11 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	173/15	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)/Сыр (порциями)	240	49,48	378	14	17	4
	гор. напиток	376	Чай с лимоном и сахаром	200	5,55	31	0	0	7
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	20	1,90	43	2	0	1
	Булочное	Н	Мучное кондитерское изделие (кекс)	40	24,37	108	3	0	2

Обед учащихся 7-11 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Угле
Обед	1 блюдо	97	Суп картофельный	200	11,61	93	2	2	1
	2 блюдо	251	Поджарка (свинина)	100	79,99	284	14	18	5
	гарнир	321	Капуста тушеная (из свежей капусты)	210	34,02	166	5	6	2
	напиток	359	Кисель из сока плодового с сахаром	200	8,52	99	0	0	2
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	3,06	64	2	0	1
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	40	4,00	86	2	0	2
	Булочное	Н	Мучное кондитерское изделие (кекс)	40	24,37	108	3	0	2

Повар  Труфанова С.И.

Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«16» октября 2023г.

День 6

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угл.вод.
Завтрак	гор. блюдо	173/15	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)/Сыр (порциями)	280	49,48	378	14	17	41
	гор. напиток	376	Чай с лимоном и сахаром	200	5,55	31	0	0	7
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	1,90	43	2	0	10
	Булочное	Н	Мучное кондитерское изделие (кекс)	40	24,37	108	3	0	20

Обед учащихся с 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угл.вод.
Обед	1 блюдо	97	Суп картофельный	250	11,61	93	2	2	16
	2 блюдо	251	Поджарка (свинина)	100	79,99	284	14	18	5
	гарнир	321	Капуста тушеная (из свежей капусты)	250	34,02	166	5	6	27
	напиток	359	Кисель из сока плодового с сахаром	200	8,52	99	0	0	25
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	3,06	64	2	0	14
	хлеб чер	Н	Хлеб ржаной	30	4,00	86	2	0	20
	Булочное	Н	Мучное кондитерское изделие (кекс)	40	24,37	108	3	0	20

Повар

Саакова Е.И

97	1 блюдо	97	Суп картофельный	250	11,61	93	2	2	16
		251	Поджарка (свинина)	100	79,99	284	14	18	5