

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской ра



СОШ №3 им.П.С.Нахимова

Д.Н.Шило

МЕНЮ

«07» сентября 2023г.

День 9

Завтрак учащихся 7-11 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белк	Жир
Завтрак	Гор. блюдо	211/	Омлет с сыром/Икра кабачко	190	249	14	18
	напиток	379	Кофейный напиток с молоко	200	98	3	3
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	64	2	0
	сладкое	Н	Мармелад	40	120	0	0
	фрукты	338	Фукты св, (груша)	100	47	0	0

Повар

Груфанова С.И.

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белк	Жир
Завтрак	Гор. блюдо	211/	Омлет с сыром/Икра кабачко	190	249	14	18
	напиток	379	Кофейный напиток с молоко	200	98	3	3
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	64	2	0
	сладкое	Н	Мармелад	40	120	0	0
	фрукты	338	Фукты св, (груша)	100	47	0	0

Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской рай

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«07» сентября 2023г.

День 9

Обед учащихся 7-11 лет с ОВЗ 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белк	Жир	У
Обед	закуска	62	Салат из св. моркови с сахар	60	49	1	0	12
	1 блюдо	81	Борщ	200	77	1	4	9
	2 блюдо	279	Тефтели 2-й вариант (свини 100/20)	120	190	10	8	17
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшенич с маслом)	150	234	8	5	42
	Напиток	342	Компот из свежих плодов	200	64	0	0	16
	хлеб бе	H	Хлеб пшеничный	40	85	3	0	19
	хлеб че	H	Хлеб ржаной	40	86	2	0	20

Повар

Труфанова С.И.

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белк	Жир	У
Обед	закуска	62	Салат из св. моркови с сахар	60	49	1	0	12
	1 блюдо	81	Борщ	200	77	1	4	9
	2 блюдо	279	Тефтели 2-й вариант (свини 100/20)	120	190	10	8	17
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшенич с маслом)	150	234	8	5	42
	Напиток	342	Компот из свежих плодов	200	64	0	0	16
	хлеб бе	H	Хлеб пшеничный	40	85	3	0	19
	хлеб че	H	Хлеб ржаной	40	86	2	0	20

Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской райо

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило



МЕНЮ

«07» сентября 2023г.

День 9

Обед учащихся 12-18 лет с ОВЗ 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход г	Калорийность	Белк	Жир	Уг во
Обед	закуска	62	Салат из св. моркови с сахар	60	49	1	0	12
	1 блюдо	81	Борщ	200	77	1	4	9
	2 блюдо	279	Тефтели 2-й вариант (свини 100/20	120	190	10	8	12
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшеничк с маслом)	150	234	8	5	42
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	64	0	0	16
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный	40	85	3	0	19
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	40	86	2	0	20

Повар

Саакова Е.И.

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход г	Калорийность	Белк	Жир	Уг во
Обед	закуска	62	Салат из св. моркови с сахар	60	49	1	0	12
	1 блюдо	81	Борщ	200	77	1	4	9
	2 блюдо	279	Тефтели 2-й вариант (свини 100/20	120	190	10	8	12
	гарнир	171	Каша рассыпчатая (пшеничк с маслом)	150	234	8	5	42
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	64	0	0	16
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный	40	85	3	0	19
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	40	86	2	0	20

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«07» сентября 2023г.

День 9

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белк	Жир	Угл вод
Завтрак	Гор. блюдо	211/	Омлет с сыром/Икра кабачко промыш, производства	190	249	14	18	5
	напиток	379	Кофейный напиток с молоко	200	98	3	3	14
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	64	2	0	14
	сладкое	Н	Мармелад	40	120	0	0	29
	фрукты	338	Фукты св, (груша)	100	47	0	0	10

Повар

Саакова Е.И.

Прием пищи	Раздел	№ ре	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белк	Жир	Угл вод
Завтрак	Гор. блюдо	211/	Омлет с сыром/Икра кабачко промыш, производства	190	249	14	18	5
	напиток	379	Кофейный напиток с молоко	200	98	3	3	14
	хлеб бел	Н	Хлеб пшеничный	30	64	2	0	14
	сладкое	Н	Мармелад	40	120	0	0	29
	фрукты	338	Фрукты св, (груша)	100	47	0	0	10