

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Н.Г. Хубанова



МЕНЮ

«22» января 2024г.

День 1

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
Завтрак	гор. блюдо	182/15/14	Каша жидкая молочная/ Сыр (порциями)	230	63,87	305	9	19
	гор. напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	13,21	98	3	3
	хлеб бел.	Н	Хлеб пшеничный	30	3,06	64	2	0
	хлеб чер.	Н	Хлеб ржаной	30	3,05	43	1	0
	фрукты	338	Фрукты св.	100	12,57	47	0	0

Обед учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
Обед	1 блюдо	94	Рассольник	250	8,58	93	2	4
	2 блюдо	268	Котлеты, биточки, шницели (говядина)	100	107,4	244	19	12
	гарнир	143	Рагу из овощей (обед)	250	22,14	198	4	12
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	10,28	88	1	0
	хлеб бел.	Н	Хлеб пшеничный	45	4,76	85	3	0
	хлеб чер.	Н	Хлеб ржаной	30	2,28	43	1	0
	фрукты	338	Фрукты св.	100	12,57	44	1	0

Повар

Саакова Е.И.