

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской ра

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

  
Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«20» сентября 2023г.

День 8

Завтрак учащихся 7-11 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорий ть	Белк	Жир
Завтрак	гор. блюдо	290/ 143	Птица тушеная в соусе/ Рагу из овощей	230	77,60	268	18	15
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	13,53	147	4	3
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный	40	4,76	85	3	0
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	30	3,05	64	1	0

Повар  Труфанова С.И.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорий ть	Белк	Жир
Завтрак	гор. блюдо	290/ 143	Птица тушеная в соусе/ Рагу из овощей	230	77,60	268	18	15
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	13,53	147	4	3
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный	40	4,76	85	3	0
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	30	3,05	64	1	0

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Дивской райо

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

  
Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«20» сентября 2023г.

День 8

Обед учащихся с ОВЗ 7-11 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Уг во
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	49,38	126	6	5	19
	2 блюдо	229	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160	100,90	158	10	10	7
	гарнир	304	Рис отварной (обед)	180	25,58	252	4	6	44
	напиток	342	Компот из сухофруктов	200	4,65	64	0	0	16
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный 40	40	4,76	85	3	0	19
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	20	2,28	43	1	0	10

Повар



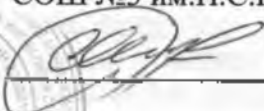
Труфанова С.И.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Уг во
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	49,38	126	6	5	19
	2 блюдо	229	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160	100,90	158	10	10	7
	гарнир	304	Рис отварной	180	25,58	252	4	6	44
	напиток	342	Компот из сухофруктов	200	4,65	64	0	0	16
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный 40	40	4,76	85	3	0	19
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	20	2,28	43	1	0	10

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской райо

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

  
Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«20» сентября 2023г.

День 8

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Уг
Завтрак	гор. блюдо	290/143	Птица тушеная в соусе/ Рагу из овощей	280	77,60	268	18	15	15
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	13,53	147	4	3	25
	хлеб бе	H	Хлеб пшеничный	45	4,76	85	3	0	19
	хлеб че	H	Хлеб ржаной	30	3,05	64	1	0	15

Повар

Саакова Е.И.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белк	Жир	Уг
Завтрак	гор. блюдо	290/143	Птица тушеная в соусе/ Рагу из овощей	280	77,60	268	18	15	15
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	13,53	147	4	3	25
	хлеб бе	H	Хлеб пшеничный	45	4,76	85	3	0	19
	хлеб че	H	Хлеб ржаной	30	3,05	64	1	0	15

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской ра

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«20» сентября 2023г.

День 8

\*Обед учащихся с ОВЗ 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн ь	Белк	Жир
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	49,38	126	6	5
	2 блюдо	229	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/100	200	100,9	158	10	10
	гарнир	304	Рис отварной (обед)	180	25,58	252	4	6
	напито	342	Компот из сухофруктов	200	4,65	64	0	0
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный 40	40	4,76	85	3	0
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	40	2,28	43	1	0

День 8

\*Обед учащихся с ОВЗ 12-18 лет 1 смена

Повар	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн ь	Белк	Жир
Саакова Е.И.	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	49,38	126	6	5
	229	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/100	200	100,9	158	10	10
	304	Рис отварной (обед)	180	25,58	252	4	6
	342	Компот из сухофруктов	200	4,65	64	0	0
	Н	Хлеб пшеничный 40	40	4,76	85	3	0
	Н	Хлеб ржаной	40	2,28	43	1	0