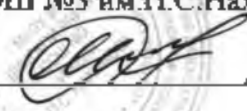


Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской рай

СОШ №3 им.П.С.Нахимова



Д.Н.Шило.



МЕНЮ

«06» сентября 2023г.

День 8

Завтрак учащихся 7-11 лет 1 смена .

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углевод		
День 8							
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завт	100	15,95	11,11	3,38	177,95	29
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	14
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	37
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	22,83	15,26	59,91	458,48	

Повар  Труфанова С.И.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углевод		
День 8							
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завт	100	15,95	11,11	3,38	177,95	29
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	14
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	37
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	22,83	15,26	59,91	458,48	

Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской ра

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило

МЕНЮ

«06» сентября 2023г.

День 8

Обед учащихся 7-11 лет с ОВЗ 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн ь	Белк	Жир
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200		126	6	5
	2 блюдо	229	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160		158	10	10
	гарнир	304	Рис отварной (обед)	180		252	4	6
	напиток	342	Компот из сухофруктов	200		64	0	0
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный 40	40		85	3	0
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	20		43	1	0

Повар

Труфанова С.И.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн ь	Белк	Жир
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200		126	6	5
	2 блюдо	229	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160		158	10	10
	напиток	304	Рис отварной (обед)	180		252	4	6
	напиток	342	Компот из сухофруктов	200		64	0	0
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный 40	40		85	3	0

Утверждаю

И.о. Директор МАОУ МО Динской рай

СОШ №3 им. П.С.Нахимова

Д.Н.Шило.

МЕНЮ

«06» сентября 2023г.

День 8

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	29
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	14
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	37
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	22,83	15,26	59,91	458,48	

Повар

Савинов Е.И.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	29
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	14
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	37
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	22,83	15,26	59,91	458,48	

Утверждаю

И.о.Директор МАОУ МО Динской р

СОШ №3 им.П.С.Нахимова

Д.Н.Шило

МЕНЮ

«06» сентября 2023г.

День 8

Обед учащихся 12-18 лет с ОВЗ 1 смена

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн ь	Белк	Жир
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясны фрикадельками	200		126	6	5
	2 блюдо	229	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160		158	10	10
	гарнир	304	Рис отварной (обед)	180		252	4	6
	напито	342	Компот из сухофруктов	200		64	0	0
	хлеб бе	Н	Хлеб пшеничный 40	40		85	3	0
	хлеб че	Н	Хлеб ржаной	20		43	1	0

Повар

Сидорова Е.П.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийн ь	Белк	Жир
Обед	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясны фрикадельками	200		126	6	5
	2 блюдо	229	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160		158	10	10
	гарнир	304	Рис отварной (обед)	180		252	4	6