

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 3

" 16 " 2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 16.02.24
 День: _____
 Неделя: _____ 2
 Номер дня недели: 11
 Возрастная категория: 12 лет и старше

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----------------|--------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 1. | Салат из моркови с яблоком | 100 | 1,52 | 5,11 | 13,18 | 105,01 |
| 2. | Пудинг из творога запеченный | 200 | 16,50 | 17,40 | 26,50 | 302,40 |
| 3. | Сгущенное молоко | 30 | 4,50 | 7,50 | 23,76 | 63,54 |
| 4. | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,52 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 40 | 2,38 | 0,29 | 16,86 | 89,30 |
| | Банан свежий | 120 | 1,80 | 1,80 | 25,20 | 115,20 |
| | Всего: | 690 | 30,78 | 35,64 | 123,08 | 793,97 |
| | Стоимость завтрака | 87,22Р | | | | |
| ОБЕД | | | | | | |
| 1. | Салат из квашенной капусты | 100 | 1,42 | 4,17 | 7,00 | 71,17 |
| 2. | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,5 | 2,38 | 14,74 | 141,8 |
| 3. | Тефтели рыбные тушеные в соусе | 100 | 7,93 | 6,58 | 9,41 | 128,58 |
| 4. | Каша рисовая с морковью | 180 | 3,48 | 6,48 | 32,64 | 220,79 |
| 5. | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 60 | 3,58 | 0,43 | 25,30 | 133,94 |
| 7. | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,45 | 18,16 | 80,83 |
| | Всего: | 930 | 22,14 | 20,49 | 127,45 | 861,91 |
| | Стоимость обеда | 122,11Р | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Директор МБОУ СОШ № 3



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"