УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 3 _____
"07" 02 2024 г.

# меню

Наименование и номер школы № 3
Дата 07.02.24
День:
Неделя: 1
Номер дня недели: 3
Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Белки | Жиры | Углеводы | калорийность | цена блюда |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | |
| 1. | Салат из свеклы с огурцами солеными | 60 | 0,70 | 1,00 | 2,60 | 22,20 | 14,00р. |
| 2. | Шницель натуральный рубленный | 90 | 15,55 | 18,67 | 8,06 | 191,86 | 35,50р. |
| 3. | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,45 | 5,79 | 30,45 | 195,71 | 15,00р. |
| 4. | Чай с лимоном | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 61,50 | 7,00р. |
| 5. | Хлеб пшеничный | 25 | 1,49 | 0,18 | 10,54 | 55,81 | 2,00р. |
| 6. | Хлеб ржаной | 25 | 1,40 | 0,28 | 11,35 | 50,52 | 2,50р. |
| | Всего: | 550 | 24,7229412 | 25,9382353 | 78,195 | 577,60 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | **ОБЕД** | | | | | | |
| 1. | Салат из квашенной капусты | 60 | 1,03 | 3,01 | 5,10 | 51,62 | 14,00 ₽ |
| 2. | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,40 | 4,21 | 12,00 | 118,60 | 21,00 ₽ |
| 3. | Гуляш из говядины | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 | 63,00 ₽ |
| 4. | Каша вязкая (гречневая) | 150 | 8,85 | 5,15 | 39,80 | 243,75 | 17,00 ₽ |
| 5. | Кисель из сока плодового | 200 | 0,31 | 0,00 | 39,40 | 158,84 | 10,00 ₽ |
| 6. | Хлеб пшеничный | 40 | 2,38 | 0,29 | 16,86 | 89,30 | 2,50 ₽ |
| 7. | Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,08 | 40,42 | 2,00 ₽ |
| | Всего: | 770 | 32,644 | 29,672 | 125,134 | 923,52 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Директор МБОУ СОШ № 3 _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" _____ Крючкова