

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 3

16.02.24 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3

Дата 16.02.24

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: _____ 10

Возрастная категория: _____ 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
ЗАВТРАК							
1.	Салат из моркови с яблоком	60	0,91	3,07	7,91	63,01	14,00р.
2.	Пудинг из творога запеченный	160	13,20	13,92	21,20	241,88	52,00р
3.	Сгущенное молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54	5,00р
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	14,50р.
5.	Хлеб пшеничный	20	1,19	0,14	8,43	44,65	2,00р.
6.	Банан свежий	120	1,80	1,80	25,20	115,20	10,00р.
	Всего	590	25,682	29,974	104,082	646,798	
ОБЕД							
1.	Салат из квашенной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	14,00р
2.	Суп картофельный с клецками	200	2,05	2,15	13,27	133,1	21,00р
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	7,93	6,58	9,41	128,58	35,50р
4.	Каша рисовая с морковью	150	2,90	5,40	27,20	209,00	17,00р
5.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00р
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р
	Всего	790	19,534	18,076	110,204	777,23	

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

