

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №3 а. Джерокай
М.М.Паков



Меню
На 21 Апреля 2021г.

Завтрак
Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Котлета говяжья	80	12,56	14,19	8,57	212,14
2	Соус томатный	50	0,27	1,84	2,62	28,08
3	Каша пшеничная	150	9,27	5,33	36,87	231,78
4	Хлеб ржано пшен/хлеб пшен.	30/30	3,20	0,40	19,2	95,6
5	Чай с лимоном	200	0,12	-	12,04	48,64
6	Капуста квашеная	60	1,49	1,91	3,50	37,9
	Итого:	600	26,91	23,67	82,8	654,14

Обед
Столовая МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Россольник Ленинградский	200	4,02	8,82	41,90	119,68
2	Плов из отварной говядины	190	24,33	20,69	33,71	418,37
3	Напиток из груши дички	200	0	0	24,0	96,0
4	Хлеб пшен./хлеб ржано пшен.	30/30	4,67	0,72	25,6	128,66
5	Капуста квашеная	60	0,48	0,06	1,98	8,4ппп ппе
6						
	Итого:					

Повар *Шнахова* Шнахова Ж.Т.

Медсестра *Шевацукова* Шевацукова Р.Р.