



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №3 а. Джерокай
Т. М. Павлов

Меню
На 26 Апреля 2021г.

Завтрак
Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Каша молочная гречневая	250	9,93	10,26	43,91	307,71
2	Сыр адыгейский	40	5,6	6,3	-	83,51
3	Булочка ванильная	60	8,81	4,45	35	215,2
4	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
5						
6						
	Итого:	550	24,46	21,01	90,95	655,06

Обед
Столовая МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Суп крестьянский с крупой	200	1,85	6,19	12,34	112,47
2	Рыба жареная	100	19,41	16,69	4,99	248,46
3	Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,30	160,46
4	Компот из яблок с лимоном	200	0,25	0,25	25,35	104,07
5	Хлеб пшен/хлеб ржано-пшен.	40/40	6,23	0,96	34,13	170,67
6	Капуста квашеная	50	0,66	0,06	1,44	9,6
	Итого:	780	31,6	30,21	101,55	805,73

Повар *Шнахова* Шнахова Ж. Т.

Медсестра *Шевацук* Шевацукова Р. Р.