

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



Меню  
На 20 Апреля 2021г.

Завтрак  
Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Курица в соусе с томатом	80/50	39,33	47,45	6,20	609,09
2	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,58	6,42	39,14	241,16
3	Хлеб пшен./хлеб ржано-пшен.	30/30	3,20	0,40	19,2	95,6
4	Огурцы соленые	60	0,72	2,82	4,62	47
5	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
6						
	Итого:	600	49,95	57,09	81,2	1041,49

Обед  
Столовая МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Борщ с капустой и картофелем	200	1,52	5,33	8,65	88,89
2	Котлета говяжья	80	12,56	14,19	8,57	212,14
3	Каша пшеничная	150	9,27	5,33	36,87	231,78
4	Компот из сухофруктов	200	0,53	-	27,89	113,79
5	Хлеб пшен./хлеб ржано-пшен.	30/30	4,67	0,72	25,6	128,66
6	Капуста квашеная	60	0,48	0,06	1,98	8,4
	Итого:	750	29,03	25,63	109,56	783,66

Повар *Шнахова* Шнахова Ж.Т.

Медсестра *Шевацук* Шевацукова Р. Р.