

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

М.И. Паков



Меню
На 27 Апреля 2021г.

Завтрак
Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Фрикадельки из говядины соусе молочном	100	12,63	13,54	9,16	208,6
2	Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,46
3	Хлеб пшен/хлеб ржано-пшен.	30/30	3,20	0,4	19,2	95,4
4	Чай с лимоном	200	0,12	-	12,04	48,64
5	Капуста квашеная	60	0,48	0,06	1,98	8,4
6						
	Итого:	570	20,75	22,36	68,75	558,94

Обед
Столовая МБОУ СОШ №3 а.Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Суп с клецками	200/30	3	2,63	13,47	89,55
2	Котлета куриная	80	12,56	14,19	8,57	212,14
3	Макароны отварные	180	6,6	6,35	42,39	253,31
4	Компот из кураги	200	0,33	-	22,66	91,98
5	Хлеб пшен/хлеб ржано-пшен.	30/30	4,67	0,72	25,6	128,66
6	Капуста квашеная	60	0,7	0,1	1,9	12
	Итого:	810	27,86	23,99	114,59	787,64

Повар *Ш. М. Ш.* Шнахова Ж.Т.

Медсестра *Ш.* Шевацукова Р. Р.