

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



Меню  
На 14 Мая 2021г.

Завтрак  
Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Рыба жареная	105	19,41	16,69	4,99	248,46
2	Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,30	160,46
3	Хлеб пшен/хлеб ржано-пшен.	30/30	3,20	0,40	19,2	95,6
4	Чай с лимоном	200	0,12	-	12,04	48,64
5	Икра свекольная	50	1,14	3,8	5,8	59,8
6						
	Итого:	565	27,07	26,95	65,33	612,96

Обед  
Столовая МБОУ СОШ №3 а.Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Суп с макарон.изделиями	200	2,26	2,29	17,41	99,27
2	Птица отварная	100	26,05	26,05	1,39	347,03
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,81
4	Хлеб пшен/хлеб ржано-пшен.	30/30	4,67	0,72	25,6	128,66
5	Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
6		60	0,48	0,06	1,98	8,4
	Итого:	770	42,75	34,55	119,27	960,96

Повар *Шнахова* Шнахова Ж.Т.

Медсестра *Шевацук* Шевацукова Р.Р.