

Директор МБОУ СОШ №3 а. Джерокай  
 утверждаю  
 Д. М. Лаков



Меню  
 На 2 Апрель 2021г.

Завтрак  
 Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	рыба жареная	105	19,1	16,89	4,99	248,46
2	картофельное пюре	150	32	6,86	23,30	160,46
3	хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшенич.	30/30	310	0,40	19,1	95,6
4	чай с лимоном	200	0,11	-	12,04	48,64
5	Кваса свежая	50	1,14	3,3	5,8	59,8
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>270,24</b>	<b>26,95</b>	<b>65,33</b>	<b>672,96</b>

Обед  
 Столовая МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	суп с макаронными изделиями	200	2,26	2,29	17,47	99,27
2	котлета отварная	100	26,05	6,05	1,39	343,09
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	2,79	0,45	4,50	263,81
4	хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшенич.	30/30	467	0,72	25,6	128,66
5	салат из сухофруктов	200	0,58	-	27,39	113,99
6	панировка соевые	50	0,08	0,06	1,98	8,4
	<b>Итого</b>	<b>730</b>	<b>425,34</b>	<b>9,57</b>	<b>102,77</b>	<b>960,96</b>

Повар *Шихова* Шихова И.Т.

Медсестра *Шевцук* Шевацукова Р.Р.