

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

М.М.Паков



Меню
На 28 Апреля 2021г.

Завтрак
Для учащихся 1-11 классов

Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
Котлета куриная	100	15,76	17,8	10,75	266,11
Макароны отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31
Соус томатный	50	0,27	1,84	2,62	28,08
Хлеб пшен/хлеб ржано-пшен.	30/30	3,2	0,4	19,2	95,6
Капуста квашеная	60	0,48	0,06	1,38	7,8
Итого:	650	26,45	26,45	88,38	699,54

Обед
Столовая МБОУ СОШ №3 а.Джерокай

п/п	Наименование блюд	Вес(г)	Б	Ж	У	Ккал
1	Суп картофельный с бобовыми	200	1,87	3,11	10,89	79,03
2	Тефтели гов.в молочном соусе	100	12,85	14,60	58,74	217,83
3	Каша ячневая с луком	180	5,44	23,60	30,71	356,98
4	Напиток из шиповника	200	0,68	-	21,01	46,87
5	Хлеб пшен/хлеб ржано-пшен.	30/30	4,67	0,72	25,6	128,66
6	Капуста квашеная	60	0,72	2,82	4,62	47
	Итого:	800	26,23	44,85	151,57	57

Повар Шнахова Ж.Т.

Медсестра Шевацуква Р.Р.