

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



Меню
 На 14 Апреля 2021г.

Завтрак
 Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	Котлета куриная	100	15,30	19,5	18,45	266,11
2	Макароны отварные	100	46,2	6,32	42,33	253,31
3	соус томатный	50	8,27	1,14	2,62	28,08
4	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной-пшк.	30/30	3,2	0,4	19,2	95,6
5	чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	49,64
6	Пирожки сахлные	60	8,45	9,06	1,38	9,8
	<i>Итого:</i>	650	240,54	26,42	103,38	699,54

Обед
 Столовая МБОУ СОШ №3 а Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	Суп картофельный с бобовыми	200	10,8	3,11	10,18	49,03
2	пюре картофельное в молочном супе	100	12,85	14,60	5,8	217,83
3	каша овсяная рассыпчатая с маслом	100	5,41	2,360	30,71	156,98
4	напиток из шиповника	200	0,14	-	2,01	46,87
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной-пшк.	30/30	4,67	0,22	25,6	128,66
6	пирожок сахлные	60	8,32	2,52	4,62	47
	<i>Итого:</i>	600	26,28	4,99	151,57	876,37

Повар *Шихова* Шихова Ж.Т.

Медсестра *Шевацук* Шевацукова Р.Р.