

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



Меню  
 На 13-го Апреля 2021г.

Завтрак  
 Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	Фришпаде-мекки из шведского бискуп-мю	100	12,15	1,50	9,16	202,6
2	Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,46
3	Хлеб рж/хлеб пшеничный	30/30	32,0	0,4	19,2	95,4
4	Чай с лимоном	200	0,2	-	12,04	48,64
5	Капуста квашеная	60	0,48	0,06	1,98	8,4
	Итого:	570	20,83	2,36	68,25	558,94

Обед  
 Столовая МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	Суп с клёцками	200/50	3	4,63	13,47	89,55
2	Котлета куриная	80	4,6	14,13	8,57	213,14
3	Макаронки отварные	150	6,6	6,35	42,39	253,31
4	Каша от кураш	200	5,33	-	22,66	91,98
5	Хлеб рж/хлеб пшеничный	30/30	4,67	0,72	25,6	128,66
6	Капуста квашеная	60	0,7	0,1	1,9	12
	Итого:	870	27,2	23,93	114,56	787,64

Повар Шехова Ж.Т.

Медсестра Шехова Р.Р.