



Утверждаю:
Директор ШКОЛЫ №3 а. Джерокай
М.М. Павлов

Меню
На 7 апреля 2021г

Завтрак
Для учащихся 1-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	котлета говяжья	50	12,5	14,0	7,52	212,14
2	соус томатный	50	0,27	1,34	2,62	28,08
3	каша пшеничная	150	9,27	5,31	26,87	231,48
4	хлеб пшеничный / хлеб ржаной-пшени	30/30	3,20	0,40	1,92	95,6
5	чай в млочном	100	0,02	-	12,04	48,64
6	помидоры свежие	60	1,49	1,91	3,50	38,9
	Итого:	600	26,91	23,91	62,28	654,14

Обед

Столовая МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	рассольник Ленинградский	200	4,02	3,82	41,90	119,68
2	хлеб из отварной говядины	190	2,43	2,08	33,71	418,97
3	капусток из капусты фаршированный	200	0	0	24,0	96,0
4	хлеб пшеничный / хлеб ржаной-пшени	30/30	4,17	0,72	2,56	122,62
5	капустка квашенная	60	0,18	0,06	1,98	8,4
6	Итого:	910	9,95	3,02	123,19	771,11

Повар Ш.М.М. Шнахова Ж.Т.

Медсестра Ш.С.Ш. Шевцукова Р.Р.