

Директор



Утверждено
Директоркой
Панов

Меню
На 8-Апреля 2021г

Завтрак
Для учащихся 3-11 классов

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	Вареники из творога с сахаром	150/20	22,2	5,24	4,67	304,32
2	Какао с молоком	200	5,16	5,04	32,33	195,31
3	Фрукты свежие: яблоко	1шт	3	1	4,2	152
4	Итого:	570	11,54	11,32	5,47	205,23
5						

Обед

Столовая МБОУ СОШ №3 а. Джерокай

№п/п	Наименование блюд	Вес(гр)	Б	Ж	У	Ккал
1	Суп с рыбными котлетами	200/30	3,263	13,47	8,953	89,53
2	Колбаса домашняя	40	6,58	6,19	4,93	106,21
3	Соус сметанный	50	0,84	5,92	1,68	63,32
4	Каша овсяная рассыпчатая с маслом	180	5,44	2,16	16,71	36,98
5	Колотый картофель	200	8,33	-	22,66	91,98
6	Запеканка творожная с яблоками	40/40	6,23	0,92	3,43	130,67
7	Огурец соевый	60	1,1	0,1	2,40	16,03
	Итого:	540	23,5	39,3	110,38	294,38

Повар Шелотина Динара Ж.Т.

Медсестра Шелотина Светлана Р.Р.