



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3

*С. Л. Мозурова*

2023 г.

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3

Дата 02.02.23

День: \_\_\_\_\_

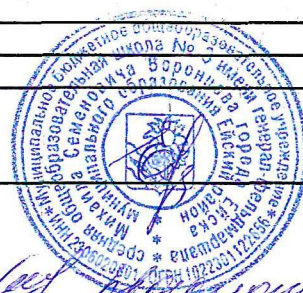
Неделя: 2

Номер дня недели: 10

Возрастная категория: 12 лет и старше

| № п/п          | Прием пищи, наименование блюда                       | выход в граммах | Калорийность   |
|----------------|--|-----------------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |  |                 |                |
| 1.             | Икра кабачковая                                      | 100             | 89,28          |
| 2.             | Зразы рыбные рубленые                                | 100             | 197,70         |
| 3.             | Картофель отварной                                   | 180             | 152,16         |
| 4.             | Сок фруктовый  | 200             | 84,80          |
| 5.             | Хлеб ржаной  | 40              | 80,83          |
| 6.             | Хлеб пшеничный                                       | 60              | 133,94         |
|                | Всего:   | 680             | 738,72         |
|                |  |                 | <b>77,10 Р</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |  |                 |                |
| 1.             | Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь) | 100             | 69,13          |
| 2.             | Суп картофельный с бобовыми                          | 250             | 201,50         |
| 3.             | Фрикадельки из кур                                   | 100             | 237,77         |
| 4.             | Макароны отварные с овощами                          | 180             | 179,17         |
| 5.             | Фруктовый чай ( с яблоком)                           | 200             | 61,80          |
| 6.             | Хлеб пшеничный                                       | 60              | 133,94         |
| 7.             | Хлеб ржаной  | 50              | 101,04         |
|                | Всего:   | 940             | 984,36         |
|                |  |                 | <b>77,10 Р</b> |

Директор МБОУ СОШ № 3



Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"

*С. Л. Мозурова*