УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 3
"22" 03 2023 г.

меню

Наименование и номер школы № 3
Дата 22.03.23
День:
Неделя: 1
Номер дня недели: 4
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
	ЗАВТРАК		
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Запеканка картофельная с мясом	200	331,49
3.	Фруктовый чай (с яболоком)	200	61,80
4.	Хлеб пшеничный	50	111,62
5.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	590	675,025333
			83,86 ₽
	ОБЕД		
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	69,13
2.	Рассольник	250	127,26
3.	Голубцы ленивые	100	190,40
4.	Каша вязкая (ячневая)	180	257,20
5.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
8.	Яблоко свежее	120	55,50
	Всего:	1050	976,27
			117,41 ₽

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"