

# МЕНЮ



Наименование и номер школы № 3

Дата 27.09.22

День: \_\_\_\_\_

Неделя: \_\_\_\_\_ 1

Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 2

Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 7-11 лет

| № п/п          | Прием пищи, наименование блюда              | выход в граммах | Калорийность |
|----------------|---------------------------------------------|-----------------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                             |                 |              |
| 1.             | Пудинг из творога запеченый                 | 160             | 241,88       |
| 2.             | Сгущенное молоко                            | 30              | 63,54        |
| 3.             | Кофейный напиток с молоком                  | 200             | 118,69       |
| 4.             | Хлеб пшеничный                              | 40              | 94,10        |
| 5.             | Напиток кисломолочный                       | 200             | 114,40       |
| 6.             |                                             |                 |              |
| 7.             |                                             |                 |              |
| <b>ОБЕД</b>    |                                             |                 |              |
| 1.             | Овощи натуральные соленные (огурец соленый) | 60              | 5,45         |
| 2.             | Суп с крупой и томатом                      | 200             | 67,03        |
| 3.             | Биточки рубленые из птицы под соусом        | 90              | 170,76       |
| 4.             | Каша вязкая пшенная                         | 150             | 219,00       |
| 5.             | Фрукты свежие (груша)                       | 120             | 55,50        |
| 6.             | Чай черный с сахаром                        | 200             | 60,46        |
| 7.             | Сыр порциями                                | 30              | 103,02       |
| 8.             | Хлеб пшеничный                              | 40              | 94,10        |
| 9.             | Хлеб ржаной                                 | 20              | 40,96        |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                             |                 |              |
| 1.             | Омлет натуральный                           | 155             | 168,4        |
| 2.             | Зеленый горошек                             | 60              | 32,6         |
| 3.             | Бутерброд с маслом сливочным                | 30              | 92,3         |
| 4.             | Чай с сахаром                               | 200             | 40,8         |
| 5.             |                                             |                 |              |
| 6.             |                                             |                 |              |
| 7.             |                                             |                 |              |
| 8.             |                                             |                 |              |
| 1.             |                                             |                 |              |
| 2.             |                                             |                 |              |
| 3.             |                                             |                 |              |
| 4.             |                                             |                 |              |
| 5.             |                                             |                 |              |
| 6.             |                                             |                 |              |
| 7.             |                                             |                 |              |
| 8.             |                                             |                 |              |



Директор МБОУ СОШ №

С. К. Мухомова

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"

Г. Г. Говалевича