

УТВЕРЖДАЮ
 3
 Директор МБОУ СОШ № 3
 Е. П. Милова
 "09" Октября 2023

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3
 Дата 09.10.23
 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 яблоком) | 200 | 61,80 |
| 4. | Хлеб пшеничный | 50 | 111,62 |
| 5. | Хлеб ржаной | 40 | 80,83 |
| | Всего: | 590 | 675,025333 |
| | | | 77,10 Р |
| 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 |
| | | | 77,10 Р |

Директор МБОУ СОШ № 3



Е. П. Милова

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы" *Иван Крашенинников*

