

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ № 3

" " 202 г.

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № СОШ № 3  
Дата 11.09.2017  
День: понедельник  
Неделя 1  
Номер дня недели: 1  
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	12,00 Р
2.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96	51,00 Р
3.	Сыр порциями	15	3,90	3,99	0,00	51,51	14,00 Р
4.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00 Р
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 Р
7.	Яблоко свежее	120	0,50	0,50	12,25	55,50	10,00 Р
	Всего:	<b>605</b>	<b>29,63</b>	<b>31,47</b>	<b>62,23</b>	<b>707,72</b>	
							<b>106,50 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,57	53,57	12,00 Р
2.	Борщ с картофелем	200	2,00	6,50	13,44	120,26	15,00 Р
3.	Плов из отварной говядины	180	18,36	17,19	29,20	356,40	63,70 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	<b>720</b>	<b>26,99</b>	<b>24,68</b>	<b>110,43</b>	<b>785,16</b>	
							<b>106,20 Р</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
1.	Макароны, запеченные с яйцом	150	4,12	5,90	21,00	149,5	
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,3	
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	
	Всего:	<b>390</b>	<b>9,84</b>	<b>15,49</b>	<b>62,01</b>	<b>362,38</b>	
							<b>50,00 Р</b>

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*А. Смирнов*