

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 3 *Бурлаков С.А.*  
 2022

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № СОШ № 3  
 Дата 05.04.20  
 День вторник  
 Номер дня недели 2  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Пудинг из творога запеченый	160	13,20	13,92	21,20	241,88	68,50 Р
2.	Стушенное молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54	13,50 Р
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	15,00 Р
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
5.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	26,50 Р
	<b>Всего:</b>	<b>630</b>	<b>28,87</b>	<b>31,30</b>	<b>89,74</b>	<b>627,81</b>	
							<b>126,00 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый/огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	12,00р.
2.	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03	15,00р.
3.	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	90	9,05	10,20	10,69	170,76	37,50р.
4.	Каша вязкая пшеница	150	4,94	7,89	32,18	219,00	15,00р.
5.	Банан свежий	120	1,80	1,80	25,20	115,20	20,00р.
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	4,50 Р
7.	Сыр порциями	30	7,8	7,98	0	103,02	28,00 Р
8.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	<b>Всего:</b>	<b>930</b>	<b>29,86</b>	<b>33,48</b>	<b>123,99</b>	<b>911,60</b>	
							<b>137,50 Р</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,3	
3.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96	
4.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	
	<b>Всего:</b>	<b>460</b>	<b>21,71</b>	<b>29,56</b>	<b>60,67</b>	<b>587,26</b>	<b>50,00 Р</b>

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*Зеленин С.*

