

Наименование и номер школы № СОШ № 3  
 Дата 10 декабря 2020  
 День: вторник  
 Неделя: 1  
 Номер дня недели: 4  
 Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	
2.	Шницель мясной рубленый	90	
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	
4.	Чай с лимоном	200	
5.	Хлеб пшеничный	25	
6.	Хлеб ржаной	25	
7.	Кондитерское изделие	15	
<b>ОБЕД</b>			
1.	Салат "Витаминный"	60	
2.	Рассольник	200	
3.	Голубцы ленивые	90	
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	150	
5.	Яблоко свежее/сок фруктовый	120/200	55
6.	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	94
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	3
2.	Шницель мясной рубленый	100	21
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	200	20
4.	Чай с лимоном	200	61
5.	Хлеб пшеничный	40	94
6.	Хлеб ржаной	40	57
7.	Кондитерское изделие	25	159
<b>ОБЕД</b>			
1.	Салат "Витаминный"	100	69,13
2.	Рассольник	250	127,2
3.	Голубцы ленивые	100	134,89
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	180	277,2
5.	Яблоко свежее	120	55,5
6.	Сок фруктовый	200	84,8
7.	Хлеб пшеничный	60	141,15
8.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 3 Ирина В. Румянцева г. Ленинск Кузнецкий обл. Кемерово

Зав. производством ООО «Формула вкуса»  


Ирина В. Румянцева  
Зеленцова Е.С.