

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3

Ирина Николаевна

2023 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № ООШ № 3

Дата 12.01.2023

День: суббота

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	675,02533
			85,00 P
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	69,13
2.	Рассольник	250	127,26
3.	Голубцы ленивые	100	190,40
4.	Голубцы ленивые	180	257,20
5.	Каша вязкая (ячневая)	200	62,00
6.	Напиток из плодов шиповника	60	133,94
7.	Хлеб пшеничный	40	80,83
8.	Хлеб ржаной	120	55,50
	Всего:	1050	976,27
			85,00 P

Директор МБОУ СОШ №

Защита производством ООО "Формула вкуса-Регионы"

А. Есенин С.Т.

