

МЕНЮ

наименование и номер школы № 3 Солн 13
 дата 18.11.2022
 класс 5Б
 номер дня недели: 10
 возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком	60	84,50
2.	Пудинг из творога запеченый	160	241,88
3.	Сгушенное молоко	30	63,54
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	20	47,05
6.	Фрукты свежие (груша) <u>яблоко</u>	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	60	51,62
2.	Суп картофельный с клецками	200	133,1
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
5.	Шарлотка с яблоками	100	152,54
6.	Сок фруктовый	200	93,28
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	40	81,92
ПОЛДНИК			
1.	Каша молочная(гречневая)	250	161,5
2.	Бутерброд с маслом сливочным и сыром 40/10/15	65	129,8
3.	Чай с сахаром	200	40,8
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			

Директор МБОУ СОШ № 3

А.В. Дил. Мизенко

Заяв. производством ООО "Формула Вкуса-Регионы"

В. Есенин ЕТ