



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3

2022 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № СШ № 3
Дата 20.01.2022
День пятница
Неделя 2
Номер дня недели 10
Возрастная категория: 7-11 лет

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Калорийно сть |
|----------------|--------------------------------|-----------------|------------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Салат из моркови с яблоком | 60 | 62,20 |
| 2. | Пудинг из творога запеченый | 160 | 241,88 |
| 3. | Сгущенное молоко | 30 | 63,54 |
| 4. | Какао с молоком | 200 | 118,52 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 20 | 44,65 |
| 6. | Груша свежая | 120 | 55,50 |
| | Всего | 590 | 586,288 |
| | | | 85,02 P |
| 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. | Сок фруктовый | 200 | 84,80 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 40 | 89,30 |
| 7. | Хлеб ржаной | 40 | 80,83 |
| | Всего | 790 | 777,228 |
| | | | 98,24 P |

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"

В. Сметенко

