

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3 СОШ №3
 Дата: 22.12.22
 День: четверг
 Недели: 1
 Номер дня недели: 4
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	весов и граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая		
2.	Запеканка картофельная с мясом	60	53,57
3.	Фруктовый чай	175	290,05
4.	Хлеб пшеничный	200	61,80
5.	Хлеб ржаной	40	91,10
6.		25	57,52
7.			
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Рассольник	200	101,81
3.	Голубцы ленивые	90	121,40
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	150	231,00
5.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
6.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	20	40,96
ПОЛДНИК			
1.	Каша молочная (пшеничная)	200	145,3
2.	Кефир	200	105
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			

Директор МБОУ СОШ № 3 И.И. Мозышев

ав. производит товар ООО "Формула вкуса-Регионы" И.И. Мозышев

