



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 3
[Signature]
202 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № СОШ № 3
Дата 06.02.23
День: понедельник
Неделя: 1
Номер дня недели: 1
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	высход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Омлет натуральный	160	209,20
3.	Сыр поршиями	15	51,51
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	25	55,81
6.	Хлеб ржаной	25	50,52
7.	Яблоко свежее	120	55,50
	Всего:	605	607,96
85,02 P			
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Борщ с картофелем	200	120,26
3.	Плов из отварной говядины	180	356,40
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	720	785,16
98,24 P			
ПОЛДНИК			
1.	Макароны, запеченные с яблом	140	139,6
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	92,3
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69

Директор МБОУ СОШ № 3

Зав. производством ООО "Формула вкуса"



[Signature] Есенина