

МЕНЮ

СОШ 3

Наименование и номер школы № _____
 Дата 04.12.22
 День: ср
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 3
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
		100	37,00
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	213,18
2.	Шницель мясной рубленый	200	202,94
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	200	61,50
4.	Чай с лимоном	40	94,10
5.	Хлеб пшеничный	40	57,52
6.	Хлеб ржаной	25	159,58
7.	Кондитерское изделие		
ОБЕД			
		100	71,17
1.	Закуска из квашенной капусты	250	201,50
2.	Суп картофельный с бобовыми	120	205,44
3.	Печень по-строгановски	180	337,14
4.	Каша гречневая	200	119,10
5.	Компот из яблок	60	141,15
6.	Хлеб пшеничный	40	81,92
7.	Хлеб ржаной		
8.			
ПОЛДНИК			
		210	189
1.	Запеканка творожно -рисовая	200	20
2.	Напиток из плодов шиповника		
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			

Директор МБОУ СОШ № 3

Александр Мезенцев

Зав. производством ООО «Формула вкуса-Регионы»

Григорьев СГ

