



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3

Бураков С.А.
202 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № СОШ № 3
 Дата 27-02-20
 День: вторник
 Недель: 2
 Номер дня недели: 7
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из белокочанной капусты	60	0,78	1,90	3,87	36,24	12,00р.
2.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52	50,50р.
3.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00р.
4.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	26,50 Р
	Всего:	700	23,43	20,59	94,89	665,82	
							104,00р.
ОБЕД							
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый/огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	12,00 Р
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	106,76	15,00 Р
3.	Шницель рыбный натуральный	90	7,30	5,54	8,19	129,50	32,50 Р
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	3,23	4,22	25,80	231,80	15,00 Р
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
	Всего:	780	17,67	14,586	106,996	767,52	
							89,50 Р
ПОЛДНИК							
1.	Лапшевник с творогом	110	10,56	7,11	18,3	124,1	
2.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	
3.	Пирожки с повидлом	65	3,65	4,02	33,50	121,6	
		375	15,21	11,33	72	330,50	50,00 Р

Директор МБОУ СОШ №

производством ООО "Ваша сервисная компания"

А. Зеленин

