



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № СОШ 3  
 Дата 29.12.24  
 День: вторник  
 Неделя: Неделя: 2  
 Номер и Номер дня недели: 9  
 Возраст Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена	
<b>ЗАВТРАК</b>								
1.	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	12,00р.	
2.	Зразы рыбные рубленые	90	9,42	14,94	13,99	178,00	32,50р.	
3.	Картофель отварной	150	2,93	5,06	17,39	126,80	15,00р.	
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	10,00р.	
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р.	
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.	
	Всего:	<b>550</b>	<b>17,25</b>	<b>20,51</b>	<b>85,74</b>	<b>549,50</b>		
							74,00р.	
<b>ОБЕД</b>								
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60		0,71	1,92	5,33	47,64	12,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	15,00 Р	
3.	Фрикадельки из кур	90	10,34	15,75	5,60	214,00	35,00 Р	
4.	Макароны отварные с овощами	150	0,57	5,51	24,36	149,31	15,00 Р	
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	6,50 Р	
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р	
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р	
8.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	26,50 Р	
	Всего:	<b>980</b>	<b>27,24</b>	<b>34,93</b>	<b>100,92</b>	<b>875,88</b>		
							115,50 Р	
<b>ПОЛДНИК</b>								
	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1		
	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69		
		<b>370</b>	<b>14,09</b>	<b>17,29</b>	<b>44,21</b>	<b>318,79</b>		
							50,00 Р	

Директор Директор МБОУ СОШ №

Зав. про Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

*А. Земченко*

