

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ №3

Н.А. Величко

МЕНЮ на 03.10.2024г.

(7 - 11 лет)

Неделя: 1 День: 4

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность(кка л)	Цена руб.коп.
гор.блюдо	210/М	Омлет натуральный	150	13,62	17,4	2,7	225,57	79,66
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	5,44
хлеб	14/М	Хлеб пшеничный 5,76 руб, масло сливочное 21,70 руб., 40/10	50	3,24	7,65	19,45	160,1	27,46
фрукты	338/М	Яблоко	160	0,54	0,54	13,23	63,45	52,8
		Итого:	560	17,66	25,62	46,64	496,91	165,36

Обед

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,76	3,1	2,73	42,7	26,08
1 блюдо	98/М	Суп крестьянский с рнеом с курицей со сметаной, 200/15/10	225	3,9	9,2	12,03	141,95	34,57
2 блюдо	297/М	Фрикадельки из филе куриного с соусом сметанно-томатным, 90/30	120	14,96	22,34	8,83	296,7	71,18
гарнир	202/М	Макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	23,42
напиток	348/М	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	23,4
хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	2,88
хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	6
фрукты	338/М	Яблоко	160	0,54	0,54	13,23	63,45	52,8
		Итого:	985	31,65	36,72	122,3	948,63	240,33

Директор:

Зав. производством:

Бухгалтер:



МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Увеч Н.А. Величко



МЕНЮ на 03.10.2024г.

Неделя: 1 День: 4

(12 лет и старше)

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость (ккал)	Цена руб.коп.
гор.блюдо	210/М	Омлет натуральный	200	18,16	23,2	3,6	300,76	106,21
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	5,44
хлеб	14/М	Хлеб пшеничный 5,76 руб, масло сливочное 21,70 руб, 40/10	50	3,24	7,65	19,45	160,1	27,46
фрукты	338/М	Яблоко	160	0,54	0,54	13,23	63,45	52,8
		Итого:	610	22,2	31,42	47,54	572,1	191,91

Обед

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,27	3,19	4,52	53,07	43,47
1 блюдо	98/М	Суп крестьянский с рисом с курицей со сметаной, 250/15/10	275	4,3	10,25	14,91	164,65	37,55
2 блюдо	297/М	Фрикадельки из филе куриного с соусом сметано-томатным, 100/30	130	16,2	24,2	9,5	321,4	79,09
гарнир	202/М	Макароны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	28,1
напиток	348/М	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	23,4
хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	4,32
хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	118,8	8,64
фрукты	338/М	Яблоко	160	0,54	0,54	13,23	63,45	52,8
		Итого:	1135	36,74	40,13	155,68	1113,92	277,37

Директор:

Зав.производством:

Бухгалтер:

Диринич
Ув