

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Иван Н.А. Виткин*



МЕНЮ на 08.11.2024г.  
(7 - 11 лет)

Неделя: 2 День: 10

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

| Раздел меню | № рец.          | Наименование блюда                                                     | Вес блюда(г) | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Калорийность(ккал) | Цена руб.коп. |
|-------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|
| гор.блюдо   | 294/М           | Котлета из филе куриного                                               | 90           | 14,3         | 6,86         | 9,58         | 154,72             | 71,68         |
| гор.блюдо   | 305/М,<br>306/М | Рис припущенный 29,60 руб, кукуруза консервированная 12,05 руб, 150/30 | 180          | 4,23         | 5,66         | 42,32        | 237,11             | 41,65         |
| гор.напиток | 382/М           | Какао на молоке                                                        | 200          | 3,87         | 3,1          | 16,19        | 109,45             | 33,41         |
| хлеб        |                 | Хлеб пшеничный                                                         | 40           | 3,16         | 0,4          | 19,32        | 94                 | 5,76          |
|             |                 | <b>Итого:</b>                                                          | <b>510</b>   | <b>25,56</b> | <b>16,02</b> | <b>87,41</b> | <b>595,28</b>      | <b>152,5</b>  |

**Обед**

|            |       |                                                |            |              |              |              |               |               |
|------------|-------|------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| закуска    | 49/М  | Салат витаминный/2 вариант/                    | 60         | 1,26         | 5,11         | 3,76         | 66,19         | 23,64         |
| 1 блюдо    | 102/М | Суп картофельный с фасолью с говядиной, 200/10 | 210        | 4,41         | 8            | 17,4         | 155,47        | 53,12         |
| 2 блюдо    | 259/М | Жаркое по-домашнему из свинины                 | 240        | 25,2         | 16,2         | 29,11        | 363,39        | 146,02        |
| напиток    | 342/М | Морс из брусники                               | 200        | 0,14         | 0,1          | 12,62        | 53,09         | 19,26         |
| 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             |
|            |       | <b>Итого:</b>                                  | <b>780</b> | <b>35,89</b> | <b>30,21</b> | <b>92,37</b> | <b>784,14</b> | <b>250,92</b> |

Директор: *Иван Н.А. Виткин*

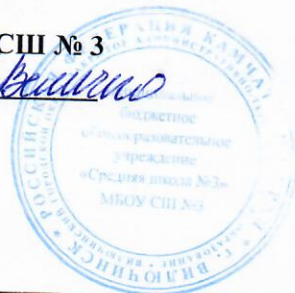
Зав. производством: *Иван Н.А. Виткин*

Бухгалтер: *Иван Н.А. Виткин*

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Александр Н. Александрович*



**МЕНЮ на 08.11.2024г.**  
**(12 лет и старше)**

Неделя: 2 День: 10

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

| Раздел меню | № рец.          | Наименование блюда                                                      | Вес блюда(г) | Белки       | Жиры         | Углеводы     | Калорийность (ккал) | Цена руб.коп. |
|-------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|
| гор.блюдо   | 394/М           | Котлета из филе куриного                                                | 100          | 14,65       | 5,57         | 8            | 137,5               | 79,64         |
| гор.блюдо   | 305/М,<br>306/М | Рис припущенный 35,52 руб., кукуруза консервированная 12,05 руб, 180/30 | 210          | 4,92        | 6,61         | 50,18        | 279,98              | 47,57         |
| гор.напиток | 382/М           | Какао на молоке                                                         | 200          | 3,87        | 3,1          | 16,19        | 109,45              | 33,41         |
| хлеб        |                 | Хлеб пшеничный                                                          | 40           | 3,16        | 0,4          | 19,32        | 94                  | 5,76          |
|             |                 | <b>Итого:</b>                                                           | <b>550</b>   | <b>26,6</b> | <b>15,68</b> | <b>93,69</b> | <b>620,93</b>       | <b>166,38</b> |

**Обед**

|            |       |                                                |            |             |              |               |               |               |
|------------|-------|------------------------------------------------|------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| закуска    | 49/М  | Салат витаминный/2 вариант/                    | 100        | 2,1         | 5,18         | 7,77          | 86,35         | 39,4          |
| 1 блюдо    | 102/М | Суп картофельный с фасолью с говядиной, 250/10 | 260        | 7,5         | 8,1          | 19,21         | 176,61        | 60,02         |
| 2 блюдо    | 259/М | Жаркое домашнему из свинины                    | 280        | 29,63       | 17,94        | 30,16         | 401,38        | 165,13        |
| напиток    | 342/М | Морс из брусники                               | 200        | 0,14        | 0,1          | 12,62         | 53,09         | 19,26         |
| 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         | 7,2           |
|            |       | <b>Итого:</b>                                  | <b>930</b> | <b>45,1</b> | <b>32,28</b> | <b>113,89</b> | <b>906,73</b> | <b>295,33</b> |

Директор: *Александр Н. Александрович*  
Зав.производством: *Александр Н. Александрович*  
Бухгалтер: *Ирина*