

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ №3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ №3

Н.А. Величко



МЕНЮ на 16.01.2025г.

Неделя: 4 День: 19

(7 - 11 лет)

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	173/М	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	210	8,61	7,61	41,54	269,54	38,77
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	6,16
хлеб	14/М	Хлеб пшеничный 6,80 руб, масло сливочное 26,50 руб, 40/10	50	3,24	7,65	19,45	160,1	33,3
фрукты	338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	51,68
		Итого:	610	12,71	15,89	86,95	547,93	129,91

Обед

закуска	32/М	Салат из цветной капусты. помидоров и зелени	60	1	5,08	2,2	59,53	44,92
1 блюдо	82/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной, 200/15/10	225	3,57	10,19	10,31	147,93	40,45
2 блюдо	322/К	Куриное филе в сырном соусе	90	16,14	13,43	0,72	186,71	108,38
гарнир	202/М	Макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	25,94
напиток	342/М	Компот из свежемороженой ягоды (вишни)	200	0,16	0,04	13,1	54,29	19,32
хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	3,4
хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	7,08
фрукты	338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	51,68
		Итого:	945	32,18	30,83	107,88	844,1	301,17

Директор:

Зав. производством:

Бухгалтер:

Н.А. Величко
В.И. Дурманов
И.И. Дурманов

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Н.А. Величко

М Е Н Ю на 16.01.2025г.

(12лет и старше)

Неделя: 4 День: 19

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	173/М	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	210	8,61	7,61	41,54	269,54	38,77
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	6,16
хлеб	14/М	Хлеб пшеничный 6,80 руб, масло сливочное 26,50 руб, 40/10	50	3,24	7,65	19,45	160,1	33,3
фрукты	338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	51,68
		Итого:	610	12,71	15,89	86,95	547,93	129,91

Обед

закуска	32/М	Салат из цветной капусты, помидоров и зелени	100	1,67	8,47	3,67	99,22	74,87
1 блюдо	82/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной,250/15/10	275	4	11,6	12,89	172,81	45,75
2 блюдо	322/К	Куриное филе в сырном соусе	100	17,93	14,92	0,8	207,46	120,42
гарнир	202/М	Макароны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	31,13
напиток	342/М	Компот из свежемороженой ягоды (вишни)	200	0,16	0,04	13,1	54,29	19,32
хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	5,1
хлеб черн.		Хлеб ржано- пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	118,8	8,5
фрукты	338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	51,68
		Итого:	1095	38,01	37,53	140,05	1036,94	356,77

Директор

Зав.производством:

Бухгалтер: