

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Н.А. Величко

МЕНЮ на 20.01.2025г.

(7 - 11 лет)

Неделя: 1 День: 1

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	182/М	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев	210	7,93	8,66	41,38	276,34	37,53
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	6,16
хлеб	14/М 15/М	Хлеб пшеничный 6,80 руб, масло сливочное 26,50 руб, сыр полутвердый 18,51 руб, 40/10/15	65	6,72	12,08	19,45	214,7	33,3
фрукты		Мандарины	130	0,52	0,52	12,74	61,1	42,25
		Итого:	605	15,43	21,29	84,83	599,93	119,24

Обед

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	3,65	5,1	56,47	8,92
1 блюдо	99/М	Суп из овощей со свининой со сметаной, 200/10/10	220	3,42	8,25	8,84	123,94	36,63
2 блюдо	245/М	Бефстроганов из говядины	90	14,01	14,06	5,25	204,01	124,5
гарнир	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,96	4,72	31,46	195,84	27,49
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	12,24
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		Мандарины	130	0,52	0,52	12,74	61,1	42,25
		Итого:	920	30,95	32,02	113,88	874,26	262,51

Директор:

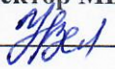
Зав. производством:

Бухгалтер:

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ №3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ №3

 Н.А. Величко



МЕНЮ на 20.01.2025г.
(12 лет и старше)

Неделя: 1 День: 1

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	182/М	Каша жидкая из овсяных хлопьев	250	9,44	10,31	49,26	328,98	37,53
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	6,16
хлеб	14/М 15/М	Хлеб пшеничный 6,80 руб, масло сливочное 26,50 руб, сыр полутвердый 18,51 руб., 40/10/15	65	6,72	12,08	19,45	214,7	33,3
фрукты		Мандарины.	130	0,52	0,52	12,74	61,1	42,25
		Итого:	645	16,94	22,94	92,71	652,57	119,24

Обед

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	100	1,3	6,08	8,5	94,1	14,87
1 блюдо	99/М	Суп из овощей со свининой со сметаной, 250/10/10	270	3,81	9,18	11,05	142,83	40,41
2 блюдо	245/М	Бефстроганов из говядины	100	17,17	17,29	5,59	247,12	138,33
гарнир	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,81	2,05	35,4	190,96	32,99
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	12,24
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		Мандарины	130	0,52	0,52	12,74	61,1	42,25
		Итого:	1070	36,71	36,1	138,42	1012,31	294,69

Директор: 

Зав.производством: 

Бухгалтер: 