

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Н.А. Величко



М Е Н Ю на 22.10.2024г.

Неделя: 4 День:17

(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	291/М 70/М	Плов из отварной птицы 97,73 руб., огурец консервированный 40,84 руб, 240/30	270	24,22	16,39	41,2	405,06	138,57
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,5	40	3,88
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,76
		Итого:	510	27,91	16,79	70,02	539,06	148,21

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	60	0,7	4,09	2,28	49,64	22,42
1 блюдо	104/М	Суп из картофельный с фрикадельками из свинины,200/20	220	3,05	7,49	17,44	149,67	36,44
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	90	11	12	12,8	246,6	42,03
гарнир	128/М	Картофельное пюре	150	2,99	5,27	16,39	129,8	33,31
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	2,88
хлеб черн.		Хлеб ржано- пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	6
		Итого:	790	22,99	29,67	99,4	808,61	155,32

Директор:

Зав. производством:

Бухгалтер:

Величко
Величко
Чес

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Н.А. Величко

М Е Н Ю на 22.10.2024г.

(12 лет и старше)

Неделя: 4 День: 17

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть(ккал)	Цена руб.коп.
гор.блюдо	291/М 70/М	Плов из отварной птицы 166,04 руб., огурец консервированный 40,84 руб., 280/30	310	31,37	20,52	47,98	496,57	206,88
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,47	40	3,88
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,76
		Итого:	550	35,06	20,92	76,77	630,57	216,52

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	100	1,12	6,82	3,8	82,73	37,36
1 блюдо	104/М	Суп картофельный с фрикадельками из свинины, 250/20	270	6,72	5,96	18,22	154,07	40,4
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	100	12,1	13,3	14,22	274	46,7
гарнир	128/М	Картофельное пюре	180	3,94	5,67	26,52	173,36	39,97
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	4,32
хлеб черн.		Хлеб ржано- пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	118,8	7,2
		Итого:	940	29,98	32,73	127,9	960,36	188,19

Директор: 

Зав.производством: 

Бухгалтер: 