

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ №3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ №3

Н.А. Величко



М Е Н Ю на 29.10.2024г.
(7 - 11 лет)

Неделя: 1 День:2

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	204/М	Макароны отварные с сыром, 150/20	170	11,5	13,5	29	284	48,5
гор.блюдо	398/М	Блинчики с джемом	100	6,61	7,17	44,16	267,92	50,7
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,5	40	3,88
хлеб	14/М	Хлеб пшеничный 5,76 руб, масло сливочное 21,70руб, 40/10	50	3,24	7,65	19,42	160,1	27,46
		Итого:	520	21,88	28,32	102,08	752,02	130,54

Обед

закуска	43/М	Салат из овощей с кукурузой	60	0,82	5,18	2,71	60,91	18,73
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	41,85
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	90	11	12	12,8	246,6	42,03
гарнир	305/М	Рис припущенный	150	3,6	4,76	39,3	214,35	26,36
напиток	342/М	Компот из свежемороженой жимолости	200	0,2	0,08	12,44	52,69	15,72
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:	795	24,07	33,01	107,04	868,48	153,57

Директор:

Зав. производством:

Бухгалтер:

С.С. Сидорова
В.В. Виноградова
И.И. Иванова

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ №3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ №3
 Н.А. Величко



М Е Н Ю на 29.10.2024г.
(12лет и старше)

Неделя:1 День: 2

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	204/М	Макароны отварные с сыром, 180/20	200	13,5	15,9	34,1	334,1	53,18
гор.блюдо	398/М	Блинчики с джемом	100	6,61	7,17	44,16	267,92	50,7
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,47	40	3,88
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
		Итого:	550	23,88	30,72	107,18	802,12	135,22

Обед

закуска	43/М	Салат из овощей с кукурузой	100	1,37	8,63	4,52	101,52	31,21
1 блюдо	99/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной,250/15/10	275	4	11,6	12,89	172,81	45,52
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	100	12,1	13,3	14,22	274	46,7
гарнир	305/М	Рис припущенный	180	4,32	5,71	47,16	257,22	31,63
напиток	342/М	Компот из свежемороженой жимолости	200	0,2	0,08	12,44	52,69	15,72
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
		Итого:	945	27,72	40,28	135,36	1047,54	183,74

Директор: 

Зав.производством: 

Бухгалтер: 