

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3



Утверждаю:
И.о. директора МБОУ СШ № 3
Е.В. Парахина

М Е Н Ю на 01.12.2023г.
(7 - 11 лет)

Неделя: 1 День: 5

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	394/М 305/М 70/М	Биточки из филе куриного 90г, рис припущенный 150г, огурец консервированный 30г	270	110,44	372,07	18,14	11,65	49,39
гор.напиток	382/М	Какао с молоком	200	25,01	109,45	3,87	3,1	16,19
хлеб		Хлеб пшеничный	40	5,28	94	3,16	0,4	19,32
		Итого:	510	140,73	575,52	25,17	15,15	84,9

Обед

закуска	49/М	Салат витаминный/2 вариант/	60	21,05	66,19	1,26	5,11	3,76
1 блюдо	104/М	Суп картофельный с фрикадельками из свинины,200/20	220	30,56	149,67	3,05	7,49	17,44
2 блюдо	259/М	Жаркое по домашнему из свинины	240	120,61	363,39	25,2	16,2	29,11
напиток	342/М	Морс из свежемороженой брусники	200	17,62	53,09	0,14	0,1	12,62
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	9,24	146	4,88	0,8	29,48
		Итого:	790	199,08	778,34	34,53	29,7	92,41

Полдник для ГПД

булочное	406/М	Пирожок с яблоками	100	23,67	218,6	4,6	5,1	38,4
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	3,34	40	0,53	0	9,5
		Итого:	300	27,01	258,6	5,13	5,1	47,9

Директор: *Жу*
Зав. производством: *Гурин*
Бухгалтер: *Ис*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ №3



Утверждаю:
И.о. директора МБОУ СШ №3
Е.В. Парахина

М Е Н Ю на 01.12.2023г.
(12 лет и старше)

Неделя: 1 День: 5

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	394/М 305/М 70/М	Биточки из филе куриного 100г, рис припущенный 180г, огурец консервированный 30г	310	122,88	397,72	19,21	11,31	55,67
гор.напиток	382/М	Какао с молоком	200	25,01	109,45	3,87	3,1	16,19
хлеб		Хлеб пшеничный	40	5,28	94	3,16	0,4	19,32
		Итого:	550	153,17	601,17	26,24	14,81	91,18

Обед

закуска	49/М	Салат витаминный /2 вариант/	100	35,09	86,35	2,1	5,18	7,77
1 блюдо	104/М	Суп картофельный с фрикадельками из свинины,250/20	270	33,53	154,07	6,72	5,96	18,22
2 блюдо	259/М	Жаркое по домашнему из свинины	280	135,66	401,38	29,63	17,94	30,16
напиток	342/М	Морс из свежемороженной брусники	200	17,62	53,09	0,14	0,1	12,62
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	11,88	189,3	5,73	0,96	44,13
		Итого:	940	233,78	884,19	44,32	30,14	112,9

Директор: *Пар*
Зав.производством:
Бухгалтер: *Пар*

Паршина