

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3



Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Иван Н.А. Васильев*

**МЕНЮ** на 04.09.2023г.  
(7 - 11 лет)

**Завтрак**

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность(ккал)	Цена руб.коп.
закуска	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	19,9
закуска	15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	13,25
гор.блюдо	182/М	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев	210	7,93	8,66	41,38	276,34	32,5
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	5,84
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
фрукты	338/М	Мандарины	100	0,4	0,4	9,8	47	39
		<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>15,31</b>	<b>21,17</b>	<b>81,89</b>	<b>585,83</b>	<b>115,77</b>

**Обед**

закуска	67/М	Винегрет овощной	60	0,91	3,11	4,9	51,54	20,71
1 блюдо	99/М	Суп из овощей с курицей со сметаной,200/15/10	225	3,42	8,25	8,84	123,94	38,42
2 блюдо	245/М	Бефстроганов из говядины	90	14,01	14,06	5,25	204,01	108,15
гарнир	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,96	4,72	31,46	195,84	33,86
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	11,83
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
фрукты	338/М	Мандарины	100	0,4	0,4	9,8	47	39
		<b>Итого:</b>	<b>895</b>	<b>30,95</b>	<b>31,36</b>	<b>110,74</b>	<b>855,23</b>	<b>261,21</b>

Директор: *Иван Н.А. Васильев*

Зав. производством: *Фурмина Ю.*

Бухгалтер: *Иван Н.А. Васильев*

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

*Иван Н. А. Величко*

МЕНЮ на 04.09.2023г.  
(12лет и старше)



**Завтрак**

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Белки	Жиры	Углево-ды	Энерг. цен-ть	Цена руб.коп.
закуска	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	19,9
закуска	15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	13,25
гор.блюдо	182/М	Каша жидкая из овсяных хлопьев	220	7,93	8,66	41,38	276,34	32,5
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	5,84
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
фрукты	338/М	Мандарины	100	0,4	0,4	9,8	47	39
		<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>15,31</b>	<b>21,17</b>	<b>81,89</b>	<b>585,83</b>	<b>115,77</b>

**Обед**

закуска	67/М	Винегрет овощной	100	1,51	9,18	8,17	85,9	34,51
1 блюдо	99/М	Суп из овощей с курицей со сметаной,250/15/10	275	3,81	9,18	11,05	142,83	42,55
2 блюдо	245/М	Бефстроганов из говядины	100	17,17	17,29	5,59	247,12	120,17
гарнир	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,81	2,05	35,4	190,96	40,63
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	11,83
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	9,24
фрукты	338/М	Мандарины	100	0,4	0,4	9,8	47	39
		<b>Итого:</b>	<b>1045</b>	<b>36,8</b>	<b>39,08</b>	<b>135,15</b>	<b>990,01</b>	<b>297,93</b>

Директор: *Иван Н. А. Величко*

Зав.производством: *Ирина*

Бухгалтер: *Ирина*