

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Уфеев И. А. Величков



М Е Н Ю на 04.10.2023г.
(7 - 11 лет)

Завтрак

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность(ккал)	Цена руб.коп.
закуска	15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	13,25
гор.блюдо	223/М	Запеканка из творога с вареньем ягодным, 150/30	180	23,75	13,88	30,83	349,33	159,26
гор.напиток	378/М	Чай с молоком	200	1,82	1,42	13,74	75,65	10,69
булочное	428/М	Булочка домашняя	70	6,3	6,9	39,04	243,5	10,31
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	505	38,51	27,03	102,93	817,08	198,79

Обед

закуска	32/М	Салат из цветной капусты, помидоров и зелени	60	1	5,08	2,2	59,53	38,22
1 блюдо	96/М	Рассольник ленинградский с говядиной отварной	210	3,86	7,78	13,73	135,89	37,82
2 блюдо	297/М	Фрикадельки из кур с соусом сметанно-томатным 90/30	120	14,96	22,34	8,83	296,7	68,33
гарнир	305/М	Рис припущенный	15	3,6	4,76	39,3	214,35	25,14
напиток		Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	32,5
хлеб		пшеничный, ржано-пшеничный 20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
		Итого:	675	29,3	40,96	113,74	944,47	211,25

Директор: *Уфеев И. А.*

Зав. производством: *Уфеев И. А.*

Бухгалтер: *Уфеев И. А.*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

МЕНЮ на 04.10.2023г.

(12 лет и старше)



Завтрак

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Белки	Жиры	Углево-ды	Энерг. цен-ть	Цена руб.коп.
закуска	15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	13,25
гор.блюдо	219/М	Запеканка из творога с вареньем ягодным,200/30	230	29,29	13,4	23,85	339,6	204,98
гор.напиток	378/М	Чай с молоком	200	1,82	1,42	13,74	75,65	10,69
булочное	428/М	Булочка домашняя	70	6,3	6,9	39,04	243,5	10,31
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	555	44,05	26,55	95,95	807,35	244,51

Обед

закуска	32/М	Салат из цветной капусты, помидоров и зелени	100	1,67	8,47	3,67	99,22	63,7
1 блюдо	96/М	Рассольник ленинградский(крупа перловая) с говядиной отварной,250/10	260	4,32	9,11	17,13	163,37	42,53
2 блюдо	297/М	Фрикадельки из кур с соусом сметанно-томатным 100/30	130	16,2	24,2	9,5	321,4	75,92
гарнир	305/М	Рис припущенный	180	4,32	5,71	47,16	257,22	30,17
напиток		Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	32,5
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
		Итого:	960	33,24	48,65	141,79	1122,51	256,7

Директор: *Хар*

Зав.производством: *Фурман*

Бухгалтер: