

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

МЕНЮ на 07.09.2023г.

(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	210/М	Омлет натуральный	50	4,84	5,8	0,9	75,19	26,23
гор.блюдо	175/М	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	210	6,11	6,89	38,84	242,54	36,22
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	31,2
		Итого:	625	18,33	25,2	80,25	627,22	137,92

Обед

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,76	3,1	2,73	42,7	32,31
1 блюдо	98/М	Суп крестьянский с рисом с говядиной со сметаной,200/10/10	220	3,9	9,2	12,03	141,95	32,31
2 блюдо	322/К	Куриное филе в сырном соусе	90	16,14	13,43	0,72	186,71	85,45
гарнир	202/М	Макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	27,75
напиток	348/М	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	18,79
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	31,2
		Итого:	890	32,69	27,67	110,76	822,2	237,05

Директор: *ves*

Зав. производством:

Бухгалтер: *mes*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3



МЕНЮ на 07.09.2023г.
(12лет и старше)

Завтрак

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции (г)				Углево ды	Энерг. цен-ть	Цена руб.коп.
				Белки	Жиры				
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	210/М	Омлет натуральный	50	4,84	5,8	0,9	75,19	26,23	
гор.блюдо	175/М	Каша вязка молочная из пшенной крупы	210	6,11	6,89	38,84	242,54	36,22	
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	31,2	
		Итого:	625	18,33	25,2	80,25	627,22	137,92	

Обед

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,27	3,19	4,52	53,07	53,85
1 блюдо	98/М	Суп крестьянский с рисом с говядиной со сметаной,250/10/10	270	4,3	10,25	14,91	164,65	37,34
2 блюдо	322/М	Куриное филе в сырном соусе	100	17,93	14,92	0,8	207,46	76,91
гарнир	202/М	Макароны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	33,3
напиток	348/М	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	18,79
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
фрукты	338/М	Мандарины	100	0,4	0,4	9,8	47	31,2
		Итого:	1040	38,33	30,71	143,55	983,53	263,27

Директор: *Лес*
Зав.производством: *Гурин*
Бухгалтер: *Мел*