

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Ирина Н.А. Демченко



МЕНЮ на 14.11.2023г.
(7 - 11 лет)

Неделя:3 День:12

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рецеп.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийн ость(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	294/М 202/М 70/М	Биточек из филе куриного 90г, макароны отварные 150г, огурец консервированный 30г	270	113,05	336,86	20,37	7,58	47,46
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	3,34	40	0,53	0	9,5
хлеб		Хлеб пшеничный	40	5,28	94	3,16	0,4	19,32
		Итого:	510	121,67	470,86	24,06	7,98	76,28

Обед

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	21,73	42,7	0,76	3,1	2,73
1 блюдо	102/М	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей,200/15	215	30,41	159,22	4,3	8,83	16,78
2 блюдо	229/М	Рыба(филе минтая) тушеная в томате с овощами	90	43,73	89,1	8,19	4,32	4,32
гарнир	305/М	Рис припущенный	150	25,14	214,35	3,6	4,76	39,3
напиток	342/М	Компот из свежемороженной ягоды	200	14,62	52,69	0,2	0,08	12,44
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	9,24	146	4,88	0,8	29,48
		Итого:	785	144,87	704,06	21,93	21,89	105,05

Полдник для ГПД

гор.блюдо	222/М	Пудинг творожный	100	74,98	251,8	17,18	12,5	16,4
напиток		Йогурт	200	51,7	114	8,2	3	11,8
		Итого:	300	126,68	365,8	25,38	15,5	28,2

Директор: *Ирина Н.А. Демченко*
Зав. производством: *Ирина Н.А. Демченко*
Бухгалтер: *Ирина Н.А. Демченко*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Андрей И. Александров



МЕНЮ на 14.11.2023г.
(12лет и старше)

Неделя:3 День:12

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рецеп.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	294/М, 202/М, 70/М	Биточек из филе куриного 100г, макароны отварные 180г, огурец консервированный 30г	310	126,01	383,86	22,81	6,54	59,27
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	3,34	40	0,53	0	9,47
хлеб		Хлеб пшеничный	40	5,28	94	3,16	0,4	19,32
		Итого:	550	134,63	517,86	26,5	6,94	88,06

Обед

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	36,22	53,07	1,27	3,19	4,52
1 блюдо	102/М	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей, 250/15	265	33,55	152,08	4,9	5,93	20,94
2 блюдо	229/М	Рыба (филе минтая) тушеная в томате с овощами	100	48,59	99	9,1	4,8	4,8
гарнир	305/М	Рис припущенный	180	30,17	257,22	4,32	5,71	47,16
напиток	342/М	Компот из свежемороженой ягоды	200	14,62	52,69	0,2	0,08	12,44
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	11,88	189,3	5,73	0,96	44,13
		Итого:	935	175,03	803,36	25,52	20,67	133,99

Директор: *Андрей И. Александров*

Зав.производством: *Александр*

Бухгалтер: *Мася*