

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Дир. Н. А. Величко



МЕНЮ на 18.09.2023г.
(7 - 11 лет)

Завтрак (Полдник для 2 смены)

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	0	54,6	13,25
гор.блюдо	175/М	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	210	6,1	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		Яблоко	170	0,68	0,68	16,66	79,9	47,84
		Итого:	645	13,76	19,68	86,21	584,93	128,33

Обед

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	60	0,8	3,6	5,1	56,5	7,31
1 блюдо	82/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной, 200/15/15	225	3,57	10,19	10,31	147,93	36,83
2 блюдо	260/М	Гуляш из говядины	90	13,39	11,32	3,41	169,24	99,76
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		Яблоко	170	0,68	0,68	16,66	79,9	47,84
		Итого:	965	30,65	31,33	117,43	882,31	246,67

Директор: *Величко*

Зав. производством: *Величко*

Бухгалтер: *Величко*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Иван Н. А. Владимиров

МЕНЮ на 18.09.2023г.

(12 лет и старше)



Завтрак (Полдник для 2 смены)

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	0	54,6	13,25
гор.блюдо	173/М	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	210	6,1	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		Яблоко	170	0,68	0,68	16,66	79,9	47,84
		Итого:	645	13,76	19,68	86,21	584,93	128,33

Обед

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	100	1,33	6,08	8,52	94,12	12,19
1 блюдо	82/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной, 250/15/10	275	4	11,6	12,89	172,81	40,55
2 блюдо	260/М	Гуляш из говядины	100	16,08	13,76	1,39	193,82	101,12
гарнир	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,1	5,74	36,61	230,17	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	11,88
фрукты		Яблоко	170	0,68	0,68	16,66	79,9	47,84
		Итого:	1115	36,29	38,84	141,21	1047,02	266,04

Директор: *Иван Н. А. Владимиров*
Зав. производством: *Фурманов*
Бухгалтер: *Иванов*