

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Урван И.А. Величко*



**МЕНЮ на 18.10.2023г.**  
(7 - 11 лет)

Неделя: 3 День: 13

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность(ккал)	№ рец.	Цена руб.коп.
гор.блюдо	Пудинг из творога запеченный с вареньем ягодным,150/30	180	24	13,49	29,08	338,91	222/М	141,01
гор.напиток	Чай с молоком	200	1,82	1,42	13,74	75,65	378/М	10,69
булочное	Булочка домашняя	70	6,3	6,9	39,04	243,5	428/М	10,31
бутерброд	Хлеб пшеничный 40г, сыр полутвердый 15г	55	6,64	4,83	19,3	148,6	15/М	18,53
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>38,76</b>	<b>26,64</b>	<b>101,16</b>	<b>806,66</b>		<b>180,54</b>

**Обед**

закуска	Винегрет овощной	60	0,91	3,11	4,9	51,54	67/М	19
1 блюдо	Суп крестьянский с рисом с курицей со сметаной,200/15/10	225	3,9	9,2	12,03	141,95	96/М	33,44
2 блюдо	Шницель из свинины с соусом сметанно-томатным,90/30	120	11,7	7,4	11,7	224,9	268/М	66,93
гарнир	Картофельное пюре	150	2,99	5,27	16,39	129,8	128/М	24,78
напиток	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92		32,5
хлеб	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	4,88	0,8	29,48	146		9,24
	<b>Итого:</b>	<b>825</b>	<b>25,38</b>	<b>25,98</b>	<b>94,7</b>	<b>786,19</b>		<b>185,89</b>

**Полдник для ГЦД**

булочное	Пирожок с мясом и рисом	100	13,04	10,17	33,57	277,78	406/М	49,5
гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377/М	5,84
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>44,83</b>	<b>325,57</b>		<b>55,34</b>

Директор: *Урван И.А.*  
Зав. производством: *Фурманов*  
Бухгалтер: *Мель*

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3



М Е Н Ю на 18.10.2023г.  
(12 лет и старше)

Неделя: 3 День: 13

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность(ккал)	№ рец.	Цена руб.коп.
гор.блюдо	Пудинг из творога запеченный с вареньем ягодным,200/30	230	31,93	17,97	36,23	440,9	222/М	180,65
гор.напиток	Чай с молоком	200	1,82	1,42	13,74	75,65	378/М	10,69
булочное	Булочка домашняя	70	6,3	6,9	39,04	243,5	428/М	10,31
бутерброд	Хлеб пшеничный 40г,сыр полутвердый15г	55	6,64	4,83	19,3	148,6	15/М	18,53
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>46,69</b>	<b>31,12</b>	<b>108,31</b>	<b>908,65</b>		<b>220,18</b>

Обед

закуска	Винегрет овощной	100	1,51	9,18	8,17	85,9	67/М	31,66
1 блюдо	Суп крестьянский с рисом с курицей со сметаной, 250/15/10	275	4,3	10,25	14,91	164,65	96/М	35,99
2 блюдо	Шницель из свинины с соусом сметанно-томатным, 100/30	130	14,04	11,06	12,6	207,04	268/М	73,47
гарнир	Картофельное пюре	180	3,94	5,67	26,52	173,36	128/М	29,74
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
	<b>Итого:</b>	<b>975</b>	<b>30,52</b>	<b>37,32</b>	<b>126,53</b>	<b>912,25</b>		<b>215,24</b>

Директор:

Зав.производством:

Бухгалтер:

*Сос*  
*Гришану*  
*мес*