

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Удвал Н.А. Величко*



МЕНЮ на 19.09.2023г.  
(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	70/М	Огурец консервированный	30	0,24	0,03	0,51	3	18,56
гор.блюдо	294/М	Биточек из филе куриного	90	14,3	6,86	9,58	154,72	66,93
гарнир	202/М	Макаронны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	27,75
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,5	40	3,34
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>24,06</b>	<b>7,98</b>	<b>76,28</b>	<b>470,86</b>	<b>121,86</b>

**Обед**

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,76	3,12	2,73	42,71	20,95
1 блюдо	102/М	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей,200/15	215	4,3	8,83	16,78	159,22	25,79
2 блюдо	229/М	Рыба(филе минтая) тушеная в томате с овощами	90	8,19	4,32	4,32	89,1	43,73
гарнир	305/М	Рис припущенный	150	3,6	4,76	39,3	214,35	25,14
напиток	342/М	Компот из свежемороженой вишни	200	0,2	0,08	12,44	52,69	12,92
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
		<b>Итого:</b>	<b>785</b>	<b>21,93</b>	<b>21,91</b>	<b>105,05</b>	<b>704,07</b>	<b>137,77</b>

Директор: *Дос*

Зав. производством: *Думал*

Бухгалтер: *Евг*



МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Афанасьева Н.А.*

МЕНЮ на 19.09.2023г.  
(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	70/М	Огурец консервированный	30	0,24	0,03	0,51	3	18,56
гор.блюдо	294/М	Биточки из филе куриного	100	14,65	5,57	8	137,5	73,47
гарнир	202/М	Макаронны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	33,3
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,47	40	3,34
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>26,5</b>	<b>6,94</b>	<b>88,06</b>	<b>517,86</b>	<b>133,95</b>

**Обед**

закуска	24/М	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,27	3,19	4,52	53,07	34,91
1 блюдо	102/М	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей, 200/15	215	4,9	5,93	20,94	152,08	28,82
2 блюдо	229/М	Рыба (филе минтая) тушеная в томате с овощами	100	9,1	4,8	4,8	99	48,59
гарнир	305/М	Рис припущенный	180	4,32	5,71	47,16	257,22	30,17
напиток	342/М	Компот из свежемороженой вишни	200	0,2	0,08	12,44	52,69	12,92
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный, 30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
		<b>Итого:</b>	<b>885</b>	<b>25,52</b>	<b>20,67</b>	<b>133,99</b>	<b>803,36</b>	<b>167,29</b>

Директор: *Афанасьева Н.А.*

Зав.производством: *Афанасьева Н.А.*

Бухгалтер: *Афанасьева Н.А.*