

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Ура Н.А. Демидова



МЕНЮ на 19.12.2023г.
(7 - 11 лет)

Неделя: 4 День: 17

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийн ость(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	291/М 70/М	Плов из отварной птицы 90/150, огурец консервированный 30г	270	156,93	405,06	24,22	16,39	41,2
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	165,55	539,06	27,91	16,79	70,02

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	60	27,85	49,64	0,7	4,09	2,28
1 блюдо	104/М	Суп из картофельный с фрикадельками из свинины, 200/20	220	30,56	149,67	3,05	7,49	17,44
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	90	46,99	246,6	11	12	12,8
гарнир	128/М	Картофельное пюре	150	25,71	129,8	2,99	5,27	16,39
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	11,83	86,9	0,37	0,02	21,01
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный, 20/50	70	9,24	146	4,88	0,8	29,48
		Итого:	790	152,18	808,61	22,99	29,67	99,4

Полдник для ГПД

булочное	406/М	Пирожок с мясом и рисом	100	49,5	277,78	13,04	10,17	33,57
напиток		Сок фруктовый	200	32,5	92	1	0,2	20,2
		Итого:	300	82	369,78	14,04	10,37	53,77

Директор: *Ура Н.А.*

Зав. производством: *Ура Н.А.*

Бухгалтер: *Ура Н.А.*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Уфеев И.А. Величко

М Е Н Ю на 19.12.2023г.
(12лет и старше)

Неделя: 4 День: 17

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	291/М 70/М	Плов из отварной птицы 100/180, огурец консервированный 30г	310	179,99	496,57	31,37	20,52	47,98
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	188,61	630,57	35,06	20,92	76,77

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	100	46,41	82,73	1,12	6,82	3,8
1 блюдо	104/М	Суп картофельный с фрикадельками из свинины,250/20	270	33,53	154,07	6,72	5,96	18,22
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	100	52,21	274	12,1	13,3	14,22
гарнир	128/М	Картофельное пюре	180	30,85	173,36	3,94	5,67	26,52
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	11,83	86,9	0,37	0,02	21,01
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	11,88	189,3	5,73	0,96	44,13
		Итого:	940	186,71	960,36	29,98	32,73	127,9

Директор: *Уфеев И.А.*

Зав.производством: *Уфеев И.А.*

Бухгалтер: *Уфеев И.А.*