

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Лиса А.А. Васильева



МЕНЮ на 20.12.2023г.
(7 - 11 лет)

Неделя: 4 День: 18

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	223/М	Запеканка из творога с молоком сгущенным, 150/30	180	154,49	372,8	26,2	16,8	42,4
гор.напиток	378/М	Чай с молоком	200	10,69	75,65	1,82	1,42	13,74
булочное	428/М	Булочка домашняя	70	10,31	243,5	6,3	6,9	39,04
бутерброд	15/М	Хлеб пшеничный 40г, сыр полутвердый 15г	55	18,53	148,6	6,64	4,83	19,32
		Итого:	505	194,02	840,55	40,96	29,95	114,5

Обед

закуска	67/М	Винегрет овощной	60	19	51,54	0,91	3,11	4,9
1 блюдо	102/М	Суп из картофельный с фасолью с говядиной,200/10	210	37,15	155,47	4,41	8	17,4
2 блюдо	268/М	Шницель рубленый из свинины	90	58,86	224,9	11,7	7,4	11,7
гарнир	321/М	Капуста тушеная	150	31,9	258,24	4,32	12	33,21
напиток	348/М	Компот из изюма	200	17,01	78,69	0,78	0	18,63
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	9,24	146	4,88	0,8	29,48
		Итого:	780	173,16	914,84	27	31,31	115,32

Полдник для ГИД

муч.изделие	398/М	Блинчики с джемом	100	42	267,92	6,61	7,17	44,16
напиток		Варенец	200	51,7	102	6,4	5	8
		Итого:	300	93,7	369,92	13,01	12,17	52,16

Директор: *Лиса*

Зав. производством: *Григорьев*

Бухгалтер: *Лиса*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Шел Н.А. Вассерко



МЕНЮ на 20.12.2023г.

(12 лет и старше)

Неделя: 4 День: 18

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	223/М	Запеканка из творога с молоком сгущенным,200/30	230	200,21	476,42	37,8	15,6	61,2
гор.напиток	378/М	Чай с молоком	200	10,69	75,65	1,82	1,42	13,74
булочное	428/М	Булочка домашняя	70	10,31	243,5	6,3	6,9	39,04
бутерброд	15/М	Хлеб пшеничный 40г, сыр полутвердый 15г	55	18,53	148,6	6,64	4,83	19,32
		Итого:	555	239,74	944,17	52,56	28,75	133,3

Обед

закуска	67/М	Винегрет овощной	100	31,66	85,9	1,51	9,18	8,17
1 блюдо	102/М	Суп картофельный с фасолью с говядиной,250/10	260	41,7	176,61	7,5	8,1	19,21
2 блюдо	268/М	Шницель рубленый из свинины	100	65,4	207,04	14,04	11,06	12,6
гарнир	321/М	Капуста тушеная	180	38,28	309,8	5,18	14,4	39,8
напиток	348/М	Компот из изюма	200	17,01	78,69	0,78	0	18,63
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	11,88	189,3	5,73	0,96	44,13
		Итого:	930	205,93	1047,34	34,74	43,7	142,54

Директор:

Зав.производством:

Бухгалтер:

Шел Н.А.
Дурманов
Шел Н.А.