

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Иван Н.А. Величко*



МЕНЮ на 21.09.2023г.  
(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
гор.блюдо	210/М	Омлет натуральный	150	13,62	17,4	2,7	225,57	78,3
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	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>17,56</b>	<b>25,52</b>	<b>44,19</b>	<b>485,16</b>	<b>136,49</b>

**Обед**

закуска	39/М	Салат картофельный с кукурузой консервированной и морковью	60	1	6,27	5,3	81,27	23,43
1 блюдо	88/М	Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной,200/15/10	225	1,44	3,98	6,5	67,58	44,01
2 блюдо	265/М	Плов из свинины	240	20	40,64	44,16	622,4	124,21
напиток	348/М	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	18,79
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
фрукты		Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>28,54</b>	<b>52,18</b>	<b>114,85</b>	<b>1047,64</b>	<b>246,85</b>

Директор: *Иван Н.А. Величко*

Зав. производством: *Иван Н.А. Величко*

Бухгалтер: *Иван Н.А. Величко*

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

*Удвд Н.А. Васильев*

МЕНЮ на 21.09.2023г.

(12лет и старше)



**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Белки	Жиры	Углево ды	Энерг. пен-ть	Цена руб.коп.
закуска	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	19,9
гор.блюдо	210/М	Омлет натуральный	200	18,16	23,2	3,6	300,76	104,4
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	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>22,1</b>	<b>31,32</b>	<b>45,09</b>	<b>560,35</b>	<b>162,59</b>

**Обед**

закуска	39/М	Салат картофельный с кукурузой консервированной и морковью	100	1,49	5,46	8,8	90,46	39,05
1 блюдо	88/М	Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной, 250/15/10	275	1,8	4,98	8,13	84,48	48,48
2 блюдо	265/М	Плов из свинины	280	23,33	47,41	51,52	726,13	139,98
напиток	348/М	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	18,79
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный, 30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
фрукты		Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>1055</b>	<b>33,57</b>	<b>59,3</b>	<b>141,99</b>	<b>1220,76</b>	<b>285,35</b>

Директор:

Зав. производством:

Бухгалтер:

*Лос*  
*Фурман*  
*Иван*