

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Удальцова Н.А.



МЕНЮ на 22.09.2023г.
(7 - 11 лет)

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)				Энерг. ценность(ккал)	Цена руб.коп.
				Белки	Жиры	Углеводы		
закуска	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	19,9
гор.блюдо	204/М	Макароны отварные с сыром, 150/20	170	11,5	13,5	29	284	45,7
гор.напиток	382/М	Какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	28,51
мучн.блюдо	398/М	Блинчики с джемом	100	6,61	7,17	44,16	267,92	42
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	520	25,22	31,42	108,8	821,47	141,39

Обед

закуска	20/М	Салат из свежих огурцов	60	0,51	5,06	1,94	55,36	27,44
1 блюдо	96/М	Рассольник ленинградский(крупа перловая) с говядиной, 200/10	210	3,86	7,78	13,73	135,89	37,82
2 блюдо	245/М	Бефстроганов из куриного филе	90	14,12	14,22	5,43	203,99	63,13
гарнир	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,96	4,72	31,46	195,84	33,86
напиток	342/М	Морс из жимолости	200	0,14	0,1	12,62	53,09	9,8
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный, 20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
		Итого:	780	30,47	32,68	94,66	790,17	181,29

Директор: *Удальцова*

Зав. производством: *Удальцова*

Бухгалтер: *Удальцова*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Уткин И.А. Васильев

МЕНЮ на 22.09.2023г.

(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	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	19,9
гор.блюдо	204/М	Макароны отварные с сыром, 180/20	200	13,5	15,9	34,1	334,1	51,25
гор.напиток	382/М	Какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	28,51
мучн.блюдо	398/М	Блинчики с джемом	100	6,61	7,17	44,16	267,92	42
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	550	27,22	33,82	113,9	871,57	146,94

Обед

закуска	20/М	Салат из свежих огурцов	100	1,41	5,19	4,75	71,1	45,74
1 блюдо	96/М	Рассольник ленинградский (крупа перловая) с говядиной, 250/10	260	4,32	9,11	17,13	163,37	42,53
2 блюдо	245/М	Бефстроганов из куриного филе	100	15,69	15,8	6,03	226,66	74,59
гарнир	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,1	5,74	36,61	230,17	40,63
напиток	342/М	Морс из жимолости	200	0,14	0,1	12,62	53,09	9,8
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный, 30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
		Итого:	930	35,39	36,9	121,27	933,69	225,17

Директор: *Лос*
Зав.производством: *Уткин И.А.*
Бухгалтер: *Уткин И.А.*