

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Удоч Н.А. Редченко



МЕНЮ на 23.10.2023г.
(7 - 11 лет)

Неделя:4 День:16

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	174/М	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	35,94	264,14	5,74	6,53	45,44
гор.напиток	376/М	Чай с вареньем ягодным	200	6,23	94	0,25	0	19,32
бутерброд	14/М 15/М	Хлеб пшеничный 40г, масло сливочное 10г, сыр полутвердый 15г	65	38,43	214,7	6,72	12,08	19,45
фрукты	338/М	Мандарины	120	34,32	56,4	0,48	0,48	11,76
		Итого:	595	114,92	629,24	13,19	19,09	95,97

Обед

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	60	7,31	56,47	0,79	3,65	5,1
1 блюдо	99/М	Суп из овощей со свининой со сметаной,200/10/10	220	32,53	86,8	1,4	3,9	11,4
2 блюдо	251/М	Поджарка из говядина	90	140,57	200,94	20,07	11,46	4,2
гарнир	202/М	Макароны отварные	150	27,75	179,14	5,83	0,69	37,37
напиток	348/М	Компот из кураги	200	18,79	78,69	0,78	0,05	18,63
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	9,24	146	4,88	0,8	29,48
фрукты	338/М	Мандарины	120	34,32	56,4	0,48	0,48	11,76
		Итого:	910	270,51	804,44	34,23	21,03	117,94

Полдник для ГПД

булочное	412/М	Пицца школьная	80	43,16	237,9	9,49	12,99	22,26
гор.напиток	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	5,84	47,79	0,26	0,03	11,26
фрукты	338/М	Мандарины	120	34,32	56,4	0,48	0,48	11,76
		Итого:	400	83,32	342,09	10,23	13,5	45,28

Директор: *Рос*
Зав. производством: *Редченко*
Бухгалтер: *Евс*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Мухомов Н.А.



МЕНЮ на 23.10.2023г.

(12лет и старше)

Неделя: 4 День:16

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	174/М	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	35,94	264,14	5,74	6,53	45,44
гор.напиток	376/М	Чай с вареньем ягодным	200	6,23	94	0,25	0	19,32
бутерброд	14/М 15/М	Хлеб пшеничный 40, масло сливочное 10, сыр полутвердый 15г	65	38,43	214,7	6,72	12,08	19,45
фрукты	338/М	Мандарины	120	34,32	56,4	0,48	0,48	11,76
		Итого:	595	114,92	629,24	13,19	19,09	95,97

Обед

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	100	12,19	94,1	1,3	6,08	8,5
1 блюдо	99/М	Суп из овощей со свиной со сметаной,250/10/10	270	35,55	108,5	1,8	4,9	14,3
2 блюдо	251/М	Поджарка из говядины	100	156,19	223,27	22,3	12,73	4,67
гарнир	202/М	Макароны отварные	180	33,3	243,36	7,92	0,94	50,76
напиток	348/М	Компот из кураги	200	18,79	78,69	0,78	0,05	18,63
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	11,88	189,3	5,73	0,96	44,13
фрукты	338/М	Мандарины	120	34,32	56,4	0,48	0,48	11,76
		Итого:	1060	302,22	993,62	40,31	26,14	152,75

Директор: *Мухомов Н.А.*

Зав.производством: *Мухомов Н.А.*

Бухгалтер: *Мухомов Н.А.*