

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Удвд Н.А. Великая*



**МЕНЮ на 25.09.2023г.**  
(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
закуска	15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43	0	54,6	13,25
гор.блюдо	174/М	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	5,74	6,53	45,44	264,14	35,94
гор.напиток	376/М	Чай с вареньем ягодным	200	0,25	0	19,32	94	6,23
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
фрукты	338/М	Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>13,15</b>	<b>19,05</b>	<b>94,99</b>	<b>624,54</b>	<b>107,77</b>

**Обед**

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	3,65	5,1	56,47	7,31
1 блюдо	99/М	Суп из овощей со свининой со сметаной,200/10/10	220	1,4	3,9	11,4	86,8	32,53
2 блюдо	251/М	Поджарка из говядина	90	20,07	11,46	4,2	200,94	140,57
гарнир	202/М	Макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	27,75
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	338/М	Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>34,19</b>	<b>20,99</b>	<b>116,96</b>	<b>799,74</b>	<b>263,36</b>

Директор: *коп*

Зав. производством: *Фурманов*

Бухгалтер: *коп*

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

*Иван Н.А. Виноградов*

МЕНЮ на 25.09.2023г.

(12лет 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
закуска	15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43	0	54,6	13,25
гор.блюдо	174/М	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	5,74	6,53	45,44	264,14	35,94
гор.напиток	376/М	Чай с вареньем ягодным	200	0,25	0	19,32	94	6,23
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
фрукты	338/М	Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>13,15</b>	<b>19,05</b>	<b>94,99</b>	<b>624,54</b>	<b>107,77</b>

**Обед**

закуска	45/М	Салат из белокочанной капусты	100	1,3	6,08	8,5	94,1	12,19
1 блюдо	99/М	Суп из овощей со свининой со сметаной,250/10/10	270	1,8	4,9	14,3	108,5	35,55
2 блюдо	251/М	Поджарка из говядины	100	22,3	12,73	4,67	223,27	156,19
гарнир	202/М	Макароны отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	33,3
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	338/М	Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7	27,17
		<b>Итого:</b>	<b>1050</b>	<b>40,27</b>	<b>26,1</b>	<b>151,77</b>	<b>988,92</b>	<b>295,07</b>

Директор: *Мар -*

Зав.производством: *Дурманов -*

Бухгалтер: *коп -*