

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Урич И.А. Величко

МЕНЮ на 26.09.2023г.
(7 - 11 лет)



Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции(г)	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть(ккал)	Цена руб.коп.
закуска	70/М	Огурец консервированный	30	0,24	0,03	0,51	3	18,56
гор.блюдо	291/М	Плов из отварной птицы, 90/150	240	26,68	17,56	40,69	423,06	138,37
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,5	40	3,34
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	510	30,61	17,99	70,02	560,06	165,55

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	60	0,7	4,09	2,28	49,64	17,04
1 блюдо	104/М	Суп из картофельный с фрикадельками из свинины,200/20	220	3,05	7,49	17,44	149,67	29,98
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	90	11	12	12,8	246,6	46,99
гарнир	128/М	Картофельное пюре	150	2,99	5,27	16,39	129,8	30,89
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	11,83
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
		Итого:	790	22,99	29,67	99,4	808,61	145,97

Директор: *Урич И.А.*
Зав. производством: *Урич И.А.*
Бухгалтер: *Урич И.А.*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Урши Н.А. Величкина

МЕНЮ на 26.09.2023г.
(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	70/М	Огурец консервированный	30	0,24	0,03	0,51	3	18,56
гор.блюдо	291/М	Плов из отварной птицы,100/180	280	31,13	20,49	47,47	493,57	161,43
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,47	40	3,34
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	550	35,06	20,92	76,77	630,57	188,61

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	100	1,12	6,82	3,8	82,73	28,4
1 блюдо	104/М	Суп картофельный с фрикадельками из свинины,250/20	270	6,72	5,96	18,22	154,07	32,81
2 блюдо	234/М	Котлета рыбная из филе минтая	100	12,1	13,3	14,22	274	52,21
гарнир	128/М	Картофельное пюре	180	3,94	5,67	26,52	173,36	37,07
напиток	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	11,83
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
		Итого:	940	29,98	32,73	127,9	960,36	174,2

Директор: *Урши*
Зав.производством: *Урши*
Бухгалтер: *Урши*