

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Ирина А. В. [подпись]*

МЕНЮ на 28.09.2023г.  
(7 - 11 лет)



**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

Раздел	№ рсц.	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	173/М	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	210	8,61	7,61	41,54	269,54	35,24
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		Бананы	180	0,72	0,72	17,64	84,6	51,48
		<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>12,83</b>	<b>16,01</b>	<b>89,89</b>	<b>562,03</b>	<b>117,74</b>

**Обед**

закуска	32/М	Салат из цветной капусты, помидоров и зелени	60	1	5,08	2,2	59,53	29,49
1 блюдо	82/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной,200/15/10	225	3,57	10,19	10,31	147,93	38,85
2 блюдо	322/К	Куриное филе в сырном соусе	90	16,14	13,43	0,72	186,71	92,23
гарнир	202/М	Макароны отварные	150	5,83	0,69	37,37	179,14	27,75
напиток	342/М	Компот из свежемороженой вишни	200	0,16	0,04	13,1	54,29	12,92
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный,20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
фрукты		Бананы	180	0,72	0,72	17,64	84,6	51,48
		<b>Итого:</b>	<b>975</b>	<b>32,3</b>	<b>30,95</b>	<b>110,82</b>	<b>858,2</b>	<b>261,96</b>

Директор: *dos*

Зав. производством: *Фуршова*

Бухгалтер: *еню*

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

*Ирина А. Ващенко*

МЕНЮ на 28.09.2023г.  
(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	173/М	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	210	8,61	7,61	41,54	269,54	35,24
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	338/М	Бананы	180	0,72	0,72	17,64	84,6	51,48
		<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>12,83</b>	<b>16,01</b>	<b>89,89</b>	<b>562,03</b>	<b>117,74</b>

**Обед**

закуска	32/М	Салат из цветной капусты, помидоров и зелени	100	1,67	8,47	3,67	99,22	49,15
1 блюдо	82/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной, 250/15/10	275	4	11,6	12,89	172,81	42,04
2 блюдо	322/К	Куриное филе в сырном соусе	100	17,93	14,92	0,8	207,46	102,48
гарнир	202/М	Макароньы отварные	180	7,92	0,94	50,76	243,36	33,3
напиток	342/М	Компот из свежемороженой вишни	200	0,16	0,04	13,1	54,29	12,92
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный, 30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
фрукты	338/М	Бананы	180	0,72	0,72	17,64	84,6	51,48
		<b>Итого:</b>	<b>1125</b>	<b>38,13</b>	<b>37,65</b>	<b>142,99</b>	<b>1051,04</b>	<b>303,25</b>

Директор: *Вас*  
Зав.производством: *Фурман*  
Бухгалтер: *Мож*