

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Александр В. А. Калитин



МЕНЮ на 29.09.2023г.
(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	30/М	Кукуруза консервированная	30	0,63	0,9	3,02	22,76	14,37
гор.блюдо	243/М	Сосискаи молочные отварные	50	4,72	9,3	0,4	112,9	51,42
гарнир	128/М	Картофельное пюре	180	3,94	5,67	26,52	173,4	30,89
гор.напиток	382/М	Какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	28,51
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	500	16,32	19,37	65,45	512,51	130,47

Обед

закуска	49/М	Салат витаминный/2вариант/	60	1,26	5,11	3,76	66,19	18,87
1 блюдо	106/М	Суп картофельный с горохом и курицей,200/15	215	6,6	7,98	15,42	160,09	29,01
2 блюдо	278/М	Тефтели из свинины с соусом сметанно-томатным,90/30	120	14,36	17	14,08	285,83	57,87
гарнир	305/М	Рис припущенный	150	3,6	4,76	39,3	214,35	25,14
напиток	342/М	Морс из брусники	200	0,14	0,1	12,62	53,09	17,62
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,20/50	70	4,88	0,8	29,48	146	9,24
		Итого:	815	30,84	35,75	114,66	925,55	157,75

Директор: *Калитин*
Зав. производством: *Вришеч*
Бухгалтер: *Коз*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Ирина В.А. Великая

МЕНЮ на 29.09.2023г.

(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	30/М	Кукуруза консервированная	30	0,63	0,9	3,02	22,76	14,37
гор.блюдо	243/М	Сосискаи молочные отварные	100	9,44	18,59	0,8	225,79	102,84
гарнир	128/М	Картофельное пюре	180	3,94	5,67	26,52	173,36	37,07
гор.напиток	382/М	Какао на молоке	200	3,87	3,1	16,19	109,45	28,51
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	5,28
		Итого:	550	21,04	28,66	65,85	625,36	188,07

Обед

закуска	49/М	Салат витаминный/2вариант/	100	2,1	5,18	7,77	86,35	31,45
1 блюдо	106/М	Суп картофельный с горохом и курицей,250/15	265	7,74	8,8	19,28	188,01	31,8
2 блюдо	278/М	Тефтели из свинины с соусом сметанно-томатным,100/30	130	15,5	18,4	15,2	309,6	63,42
гарнир	305/М	Рис припущеный	180	4,32	5,71	47,16	257,22	30,17
напиток	342/М	Морс из брусники	200	0,14	0,1	12,62	53,09	17,62
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	5,73	0,96	44,13	189,3	11,88
		Итого:	965	35,53	39,15	146,16	1083,57	186,34

Директор: *Ирина В.А. Великая*

Зав.производством: *Ирина В.А. Великая*

Бухгалтер: *Ирина В.А. Великая*