

МУП "Комбинат школьного питания"
 Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
 Директор МБОУ СШ № 3

А.В. Величко



МЕНЮ на 31.10.2023г.
 (7 - 11 лет)

Неделя: 1 День:2

Завтрак (Шолдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийн ость(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	234/М 125/М 70/М	Котлета рыбная 90г, картофель отварной 150г, огурец консервированный 30г	270	90,4	417,76	14,38	18,08	38,51
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	3,34	40	0,53	0	9,5
хлеб		Хлеб пшеничный	40	5,28	94	3,16	0,4	19,32
		Итого:	510	99,02	551,76	18,07	18,48	67,33

Обед

закуска	43/М	Салат из овощей с кукурузой	60	23,94	60,91	0,82	5,18	2,71
1 блюдо	82/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной,200/15/10	225	38,85	147,93	3,57	10,19	10,31
2 блюдо	265/М	Плов из свинины	240	124,21	622,4	20	40,64	44,16
напиток	342/М	Компот из свежемороженой ягоды	200	14,62	52,69	0,2	0,08	12,44
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный,20/50	70	9,24	146	4,88	0,8	29,48
		Итого:	795	210,86	1029,93	29,47	56,89	99,1

Полдник для ГПД

гор.блюдо	222/М	Пудинг творожный	100	79,28	251,8	17,18	12,5	16,4
напиток		Йогурт	200	51,7	114	8,2	3	11,8
		Итого:	300	130,98	365,8	25,38	15,5	28,2

Директор: *А.В. Величко*
 Зав. производством: *Фуршова*
 Бухгалтер: *Евдокимов*

МУП "Комбинат школьного питания"
 Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:
 Директор МБОУ СШ № 3

Григорьев Н. А.



МЕНЮ на 31.10.2023г.
(12лет и старше)

Неделя:1 День: 2

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ реп.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	234/М 125/М 70/М	Котлета рыбная 100г, картофель отварной 180г, огурец консервированный 30г	310	100,59	420,22	16,06	14,07	45,05
гор.напиток	376/М	Чай с сахаром	200	3,34	40	0,53	0	9,47
хлеб		Хлеб пшеничный	40	5,28	94	3,16	0,4	19,32
		Итого:	550	109,21	554,22	19,75	14,47	73,84

Обед

закуска	43/М	Салат из овощей с кукурузой	100	39,9	101,52	1,37	8,63	4,52
1 блюдо	99/М	Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной,250/15/10	275	42,04	172,81	4	11,6	12,89
2 блюдо	255/М	Плов из свинины	280	139,98	726,13	23,33	47,4	51,5
напиток	342/М	Компот из свежемороженой ягоды	200	14,62	52,69	0,2	0,08	12,44
хлеб		Хлеб пшеничный,ржано-пшеничный,30/60	90	11,88	189,3	5,73	0,96	44,13
		Итого:	945	248,42	1242,45	34,63	68,67	125,48

Директор: *Лоз*
 Зав.производством: *Гурман*
 Бухгалтер: *Евас*