

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3



Утверждаю:
Директор МБОУ СШ № 3

Е.В. Тараскина

МЕНЮ на 06.12.2023г.
(7 - 11 лет)

Неделя: 2 День: 8

Завтрак (Шолдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	223/М	Запеканка из творога с молоком сгущенным, 150/30	180	154,49	372,8	26,2	16,8	42,4
гор.напиток	378/М	Чай с молоком	200	10,69	75,65	1,82	1,42	13,74
булочное	428/М	Булочка домашняя	70	10,31	243,5	6,3	6,9	39,04
бутерброд	15/М	Хлеб пшеничный 40г, сыр полутвердый 15г	55	18,53	148,6	6,64	4,83	19,32
		Итого:	505	194,02	840,55	40,96	29,95	114,5

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	60	18,84	49,64	0,7	4,09	2,28
1 блюдо	104/М	Суп картофельный с фрикадельками из свинины, 200/20	220	30,56	149,67	3,05	7,49	17,44
2 блюдо	291/М	Плов с отварной птицей, 90/150	240	138,37	402,06	23,98	16,36	40,69
напиток	348/М	Компот из изюма	200	17,01	78,69	0,78	0	18,63
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный, 20/50	70	9,24	146	4,88	0,8	29,48
		Итого:	790	214,02	826,06	33,39	28,74	108,52

Полдник для ГПД

гор. блюдо	398/М	Блинчики с джемом	100	42	267,92	6,61	7,17	44,16
напиток		Варенец	200	51,7	102	6,4	5	8
		Итого:	300	93,7	369,92	13,01	12,17	52,16

Директор: *Лос*

Зав. производством: *Фурман*

Бухгалтер: *Евг*

МУП "Комбинат школьного питания"
Столовая МБОУ СШ № 3



Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Директор Е. В. Стаханова

М Е Н Ю на 06.12.2023г.
(12лет и старше)

Неделя: 2 День: 8

Завтрак (Полдник для 2 смены)

Раздел меню	№ рец.	Наименование блюда	Вес блюда(г)	Цена руб.коп.	Калорийность(ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	223/М	Запеканка из творога с молоком сгущенным, 200/30	230	200,21	476,42	37,8	15,6	61,2
гор.напиток	378/М	Чай с молоком	200	10,69	75,65	1,82	1,42	13,74
булочное	428/М	Булочка домашняя	70	10,31	243,5	6,3	6,9	39,04
бутерброд	15/М	Хлеб пшеничный 40г, сыр полутвердый 15г	55	18,53	148,6	6,64	4,83	19,32
		Итого:	555	239,74	944,17	52,56	28,75	133,3

Обед

закуска	37/М	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	100	31,4	82,73	1,12	6,82	3,8
1 блюдо	106/М	Суп картофельный с фрикадельками из свинины, 250/20	270	33,53	154,07	6,72	5,96	18,22
2 блюдо	291/М	Плов с отварной птицей, 100/180	280	161,43	390,97	27,56	11,79	42,94
напиток	348/М	Компот из изюма	200	17,01	78,69	0,78	0	18,63
хлеб		Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный, 30/60	90	11,88	189,3	5,73	0,96	44,13
		Итого:	940	255,25	895,76	41,91	25,53	127,72

Директор: *Лос*

Зав.производством: *Гурин*

Бухгалтер: *Мед*