

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР СШ №3

МЕНЮ на 10.11. 2022г.Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 4 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша пшеничная с маслом сливочным	200/15	9,43	16,37	56,72	408,73	81,76
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Кофейный напиток на молоке	200	2,14	2,48	27,07	136,14	
Яблоко	90	0,36	0,18	17,18	63,90	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша пшеничная с маслом сливочным	250/15	10,60	18,50	44,19	390,48	95,08
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Кофейный напиток на молоке	200	2,14	2,48	27,07	136,14	
Яблоко	90	0,36	0,18	17,18	63,90	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,01	1,68	9,00	122,66
Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,76	6,10	10,98	106,52	
Котлета рубленая из филе птицы	80	15,05	12,85	6,28	205,75	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,90	3,45	32,40	177,00	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из яблок (свежих или сушёных)	200	0,20	0,20	24,84	103,10	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,06	2,80	15,00	142,59
Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	2,18	7,55	13,59	131,80	
Котлета рубленая из филе птицы	100	18,82	16,07	7,85	256,97	
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,88	212,40	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из яблок (свежих или сушёных)	200	0,20	0,20	24,84	103,10	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Печенье	30	1,66	2,16	16,37	91,74	61,33
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Печенье	30	1,66	2,16	16,37	91,74	71,29
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

Ковалева