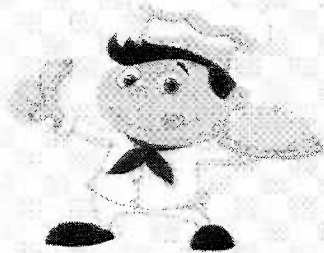


КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



МЕНЮ толовой школы № 3 10 марта 2022 года

Директор школы
Утверждаю:

М.И. Сидорова

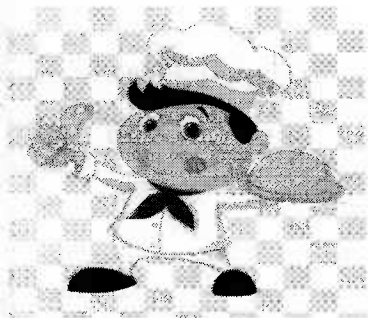
Комплексы

с 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий- ность, ккал
Завтрак						
Бутерброд с конфитюром	55	7-74	2,42	3,9	29,2	161,0
Суп молочный с макаронами	150	7-36	3,0	2,5	9,8	81,8
Яйцо вареное	1 шт	9-25	6,7	6,1	0,4	83,2
Чай с сахаром	179/13,4	1-41	0,1	0,0	13,4	53,7
Булка школьная	15	0-59	1,2	0,6	7,9	41,0
ИТОГО:		26-35	13,4	13,1	60,7	420,7
Завтрак						
Огурцы консервированные порцией	16,4	2-69	0,1	0,0	0,33	1,6
Фрикадельки из говядины	55/50	30-34	8,8	11,5	11,1	186
Картофельное пюре	150	15-50	3,1	4,8	20,4	137,3
Компот из смеси сухофруктов	200	5-39	0,7	0,1	32	132,8
Булочка «Ванильная»	50	2-91	3,9	4,1	22,3	141,5
Булка школьная	30	1-17	2,3	1,1	15,7	81,9
ИТОГО:		58-00	18,9	21,6	101,8	681,1
Завтрак						
Фрикадельки из говядины	55/50	30-34	8,8	11,5	11,1	186
Картофельное пюре	150	15-50	3,1	4,8	20,4	137,3
Компот из смеси сухофруктов	195,8	5-28	0,7	0,1	31,3	130,0
Булочка «Ванильная»	50	2-91	3,9	4,1	22,3	141,5
Булка школьная	30	1-17	2,3	1,1	15,7	81,9
ИТОГО:		55-20	18,8	21,6	100,8	676,7
Обед						
Суп картофельный с горохом	200	5-47	4,4	4,2	13,2	118,6
Фрикадельки из говядины	55/50	30-34	8,8	11,5	11,1	186
Картофельное пюре	150	15-50	3,1	4,8	20,4	137,3
Компот из смеси сухофруктов	175,4	4-73	0,6	0,1	28,1	116,5
Булка школьная	50	1-96	3,8	1,8	26,2	136,5
ИТОГО:		58-00	20,7	22,4	99,0	694,9

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: *М.И. Сидорова* Русскова М.Д.
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: *А.Г. Филиппова* Филиппова А.Г.
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: *В.И. Сидорова*

КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Директор школы

Утверждаю:

МЕНЮ по столовой школы №3 на 10 марта 2022 года

с 12-18 лет

Комплексы

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
Завтрак						
Бутерброд с конфитюром	55	7-74	2,42	3,9	29,2	161,0
Суп молочный с макаронами	245	12-01	4,9	4,1	16,0	133,6
Яйцо вареное	1/2 шт	4-63	3,4	3	0,2	41,6
Чай с сахаром	176/13,2	1-38	0,1	0,0	13,2	52,8
Булка школьная	15	0-59	1,2	0,6	7,9	41,0
ИТОГО:		26-35	12,0	11,6	66,5	430,0
Завтрак						
Фрикадельки из говядины	55/50	30-34	8,8	11,5	11,1	186
Картофельное пюре	185	19-11	5,0	6,0	25,2	169,4
Чай с сахаром	200/15	1-57	0,1	0,0	15	60
Булочка «Ванильная»	50	2-91	3,9	4,1	22,3	141,5
Булка школьная	32,5	1-27	2,5	1,2	17,0	88,7
ИТОГО:		55-20	20,3	22,8	90,6	645,6
Обед						
Суп картофельный с горохом	250	6-84	5,5	5,3	16,5	148,3
Фрикадельки из говядины	55/50	30-34	8,8	11,5	11,1	186
Макаронны отварные	170	9-89	5,8	8,5	32,3	228,8
Компот из смеси сухофруктов	200	5-39	0,7	0,1	32	132,8
Булка школьная	70	2-74	5,4	2,6	36,6	191,1
ИТОГО:		55-20	26,2	28,0	128,5	887,0

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»: Русскова М.Д.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: Филиппова А.Г.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: _____