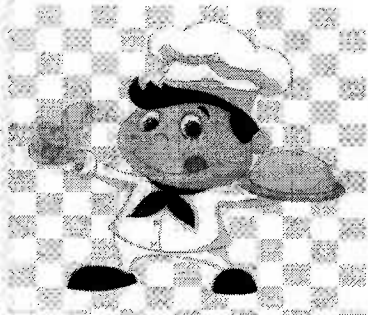


# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Директор школы

Утверждаю:

**МЕНЮ**  
по столовой школы №3

на 28 марта 2022 года

с 7-11 лет

Комплексы

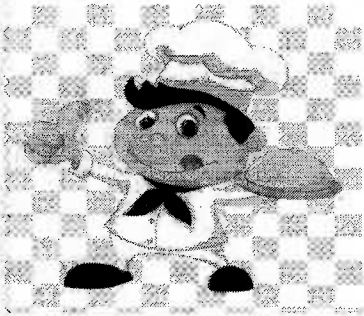
Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Омлет натуральный	110	21-61	8,4	12,4	2,0	163,9
Чай с сахаром	179/13,4	1-55	0,1	0,0	13,4	53,7
Булочка «Домашняя»	50	3-19	3,6	6,3	22	159,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>12,1</b>	<b>18,7</b>	<b>37,4</b>	<b>376,6</b>
<b>Завтрак</b>						
Котлеты из говядины	60	30-68	9	6,7	9,9	136,8
Каша пшеничная молочная вязкая	200	11-78	8,6	3,9	44,2	246,1
Чай с конфетами «Отважный комарик»	150/11	3-60	0,1	0,0	8	32,2
Печенье «Аленка»	30	12-95	2,3	4,2	20,4	129,0
Булка школьная	24,3	0-99	1,9	0,9	12,7	66,3
<b>ИТОГО:</b>		<b>60-00</b>	<b>21,9</b>	<b>15,7</b>	<b>95,2</b>	<b>610,4</b>
<b>Завтрак</b>						
Котлеты из говядины	60	30-68	9	6,7	9,9	136,8
Каша пшеничная молочная вязкая	150	8-83	6,5	2,9	33,2	184,6
Чай с конфетами «Отважный комарик»	150/11	3-60	0,1	0,0	8	32,2
Сметанник	75	10-91	3,8	5,5	18,9	140,3
Булка школьная	29	1-18	2,2	1,1	15,2	79,2
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>21,6</b>	<b>16,2</b>	<b>85,2</b>	<b>573,1</b>
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками	200/5	11-42	2,4	4,6	6,6	77,4
Котлеты из говядины	60	30-68	9	6,7	9,9	136,8
Каша пшеничная молочная вязкая	200	11-78	8,6	3,9	44,2	246,1
Чай с конфетами «Отважный комарик»	150/11	3-60	0,1	0,0	8	32,2
Булка школьная	61,8	2-52	4,7	2,3	32,3	168,7
<b>ИТОГО:</b>		<b>60-00</b>	<b>24,8</b>	<b>17,5</b>	<b>101,0</b>	<b>661,2</b>

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

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ: \_\_\_\_\_ Филиппова А.Г.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: \_\_\_\_\_

# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Директор школы

Утверждаю:

## МЕНЮ

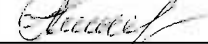
по столовой школы №3

на 28 марта 2022 года

с 12-18 лет

### Комплексы

Наименование блюд	Выход, г	Цена-руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с овощами	250	17-87	4,9	5	15	136,8
Яйцо вареное	½ шт	5-28	3,4	3	0,2	41,6
Чай с сахаром	200/15	1-73	0,1	0,0	15	60
Булка школьная	36	1-47	2,8	1,3	18,8	98,3
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>11,2</b>	<b>9,3</b>	<b>49</b>	<b>336,7</b>
<b>Завтрак</b>						
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	9-95	1,6	4,3	6,9	72,8
Котлеты из говядины	60	30-68	9	6,7	9,9	136,8
Каша пшеничная вязкая	200	8-65	5,3	5,7	32,7	203,2
Чай с конфетами «Отважный комарик»	200/11	3-73	0,1	0,0	8	32,2
Булка школьная	53,7	2-19	4,1	2,0	28,1	146,6
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>20,1</b>	<b>18,7</b>	<b>85,6</b>	<b>591,6</b>
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем	250	9-97	1,8	5	8,1	84,5
Котлеты из говядины	60	30-68	9	6,7	9,9	136,8
Каша пшеничная вязкая	200	8-65	5,3	5,7	32,7	203,2
Чай с конфетами «Отважный комарик»	200/11	3-73	0,1	0,0	8	32,2
Булка школьная	53,2	2-17	4,1	2,0	27,8	145,2
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>20,3</b>	<b>19,4</b>	<b>86,5</b>	<b>601,9</b>

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

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:  Филиппова А.Г.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ: 