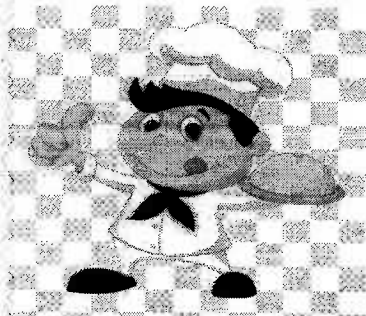


# КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Директор школы

Утверждаю:

## МЕНЮ по столовой школы № 3 на 30 марта 2022 года

Комплексы

с 7-11 лет

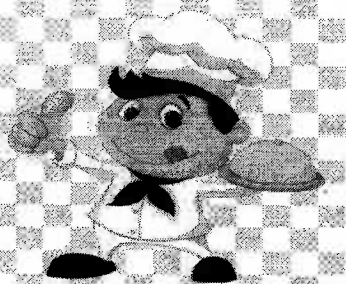
Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеница молочная вязкая	150	7-80	6,5	3,6	29,9	177,0
Сыр порцией	10	8-31	2,3	3	0,0	36,0
Кофейный напиток с молоком	160,2	8-93	2,6	2,1	12,7	80,6
Булка школьная	30	1-31	2,3	1,1	15,7	81,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>13,7</b>	<b>9,8</b>	<b>58,3</b>	<b>375,5</b>
<b>Завтрак</b>						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	45	5-38	0,8	2,0	3,2	32,7
Биточки паровые из говядины	60	31-73	8,0	7,0	5,1	115,1
Каша гречневая вязкая	150	8-96	4,6	5	20,5	145,5
Чай с конфетами «Отважный комарик»	150/11	3-60	0,1	0,0	8	32,2
Десерт Шокобар с печеньем	20,3	9-25	1	4,5	12,4	93,8
Булка школьная	24,7	1-08	1,9	0,9	12,9	67,4
<b>ИТОГО:</b>		<b>60-00</b>	<b>16,4</b>	<b>19,4</b>	<b>62,1</b>	<b>486,</b>
<b>Завтрак</b>						
Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	32	3-82	0,6	1,4	2,3	23,3
Биточки паровые из говядины	60	31-73	8,0	7,0	5,1	115,1
Каша гречневая вязкая	150	8-96	4,6	5	20,5	145,5
Чай с конфетами «Отважный комарик»	150/11	3-60	0,1	0,0	8	32,2
Ватрушка с конфитюром	50	5-91	3,0	2,0	29,4	148,0
Булка школьная	27	1-18	2,1	1,0	14,1	73,7
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>18,4</b>	<b>16,4</b>	<b>79,4</b>	<b>537,8</b>
<b>Обед</b>						
Салат из вареной свеклы с маслом	35	2-37	0,6	1,5	2,5	25,5
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	9-44	1,5	3,9	9,4	78,7
Биточки паровые из говядины	60	31-73	8,0	7,0	5,1	115,1
Каша гречневая вязкая	150	8-96	4,6	5	20,5	145,5
Компот из смеси сухофруктов	180	5-43	0,63	0,1	28,8	119,5
Булка школьная	47,3	2-07	3,7	1,7	25,2	129,1
<b>ИТОГО:</b>		<b>60-00</b>	<b>19,0</b>	<b>19,2</b>	<b>91,5</b>	<b>613,4</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 30 марта 2022 года

*Миссаева*

Комплексы

с 12-18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена- руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Калорий- ность, ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная вязкая	250	13-01	10,9	5,9	49,9	295,0
Сыр порцией	10	8-31	2,3	3	0,0	36,0
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-60	0,1	0,0	15,2	62
Булка школьная	32,7	1-43	2,5	1,2	17,1	89,3
<b>ИТОГО:</b>		<b>26-35</b>	<b>15,8</b>	<b>10,1</b>	<b>82,2</b>	<b>482,3</b>
<b>Завтрак</b>						
Салат из свеклы вареной с зеле- ным горошком	64,2	7-67	1,1	2,9	4,6	46,7
Биточки паровые из говядины	60	31-73	8,0	7,0	5,1	115,1
Каша гречневая вязкая	180	10-76	5,5	6	24,6	174,6
Чай с конфетами «Отважный комарик»	200/11	3-73	0,1	0,0	8	32,2
Булка школьная	30	1-31	2,3	1,1	15,7	81,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>17,0</b>	<b>17</b>	<b>58</b>	<b>450,5</b>
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	9-44	1,5	3,9	9,4	78,7
Биточки паровые из говядины	60	31-73	8,0	7,0	5,1	115,1
Каша гречневая вязкая	180	10-76	5,5	6	24,6	174,6
Чай с сахаром	180/13,5	1-93	0,09	0,0	13,5	54,0
Булка школьная	30,6	1-34	2,3	1,1	16	83,5
<b>ИТОГО:</b>		<b>55-20</b>	<b>17,4</b>	<b>18</b>	<b>68,6</b>	<b>505,9</b>

ДИРЕКТОР МП «Комбинат школьного питания»:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ:

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

*Русскова М.Д.*

Русскова М.Д.

*Филиппова А.Г.*

Филиппова А.Г.

*В.И.*