

Согласовано:

Директор школы №3

Степанова Н.И.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 3 МЕНЮ на 07 Сентября 2023 г.



| Наименование | Цена руб.коп. | Выход, гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. цен-ть, кКал. |
|---|------------------|---------------|-------|-------|----------|----------------------------|
| <i>Завтрак 1-4 кл</i> | | | | | | |
| Макароны с сыром | 15-71 | 10/10/230 | 10.54 | 12.54 | 42.68 | 328 |
| Чай охлажденный с плодовым соком | 5-91 | 200 | 0.34 | 0.02 | 22.53 | 95 |
| Хлеб пшеничный | 3-38 | 50 | 3.95 | 0.50 | 24.15 | 116 |
| Итого | 25-00 | | 14.83 | 13.06 | 89.36 | 539 |
| <i>Завтрак 5-11 кл</i> | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 7-63 | 10/30 | 1.70 | 14.40 | 10.80 | 164 |
| Макароны с сыром | 12-41 | 10/5/235 | 10.54 | 12.54 | 42.68 | 328 |
| Чай охлажденный с плодовым соком | 5-91 | 200 | 0.34 | 0.02 | 22.53 | 95 |
| Хлеб пшеничный | 4-05 | 60 | 4.74 | 0.60 | 28.98 | 140 |
| Итого | 30-00 | | 17.32 | 27.56 | 104.99 | 727 |
| <i>Обед 1-4 кл</i> | | | | | | |
| Помидоры свежие порциями | 4-99 | 60 | 0.66 | 0.12 | 2.28 | 14 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом птицы | 9-07 | 5/250/5 | 6.20 | 6.40 | 10.10 | 126 |
| Котлета рубленая из птицы с соусом | 39-86 | 70/40 | 17.77 | 15.83 | 8.08 | 266 |
| Каша пшеничная вязкая | 4-42 | 150 | 4.50 | 6.15 | 24.90 | 178 |
| Компот из свежих плодов | 7-01 | 200 | 0.20 | 0.16 | 27.87 | 109 |
| Хлеб ржаной | 2-65 | 60/2 кус | 3.96 | 0.66 | 24.60 | 126 |
| Итого | 68-00 | | 33.29 | 29.32 | 97.83 | 819 |
| <i>Обед 5-11 кл</i> | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | 8-10 | 100 | 1.06 | 4.30 | 4.52 | 114 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом птицы | 9-07 | 5/250/5 | 6.20 | 6.40 | 10.10 | 126 |
| Котлета рубленая из птицы с соусом | 39-86 | 70/40 | 17.77 | 15.83 | 8.08 | 266 |
| Каша пшеничная вязкая | 5-31 | 180 | 5.40 | 7.38 | 29.88 | 213 |
| Компот из свежих плодов | 7-01 | 200 | 0.20 | 0.16 | 27.87 | 109 |
| Хлеб ржаной | 2-65 | 60/2 кус | 3.96 | 0.66 | 24.60 | 126 |
| Итого | 72-00 | | 34.59 | 34.73 | 105.05 | 954 |
| <i>Полдник (14-00)</i> | | | | | | |
| Вафли тортимилка | 10-52 | 20 | 1.20 | 5.60 | 12.32 | 80 |
| Напиток апельсиновый | 4-64 | 200 | 0.20 | 0.04 | 25.73 | 100 |
| Бананы | 14-84 | 100 | 1.10 | | 14.70 | 62 |
| Итого | 30-00 | | 2.50 | 5.64 | 52.75 | 242 |

Зав производством

Фролова А.А.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.