

Согласовано:

Директор школы №3

Степанова Н.И.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 3 МЕНЮ на 03 Октября 2024 г.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.



| Наименование | Цена руб.коп. | Выход, гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. цен-ть, кКал. |
|---|---------------|------------|-------|-------|----------|----------------------|
| <i>Завтрак 1-4 кл</i> | | | | | | |
| Яйцо вареное | 4-90 | 20 -0,5 шт | 2.55 | 2.30 | 0.15 | 32 |
| Каша молочная пшенная с маслом | 17-84 | 225/5 | 8.45 | 13.19 | 30.43 | 321 |
| Чай с лимоном | 3-54 | 200/7 | 0.26 | 0.06 | 15.22 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 3-72 | 50 | 3.95 | 0.50 | 24.00 | 117 |
| Итого | 30-00 | | 15.21 | 16.05 | 69.80 | 529 |
| <i>Завтрак 5-11 кл</i> | | | | | | |
| Яйцо вареное | 9-60 | 40- 1 шт | 5.10 | 4.60 | 0.30 | 63 |
| Каша молочная пшенная с маслом | 18-09 | 245/5 | 9.20 | 14.36 | 33.14 | 349 |
| Чай с лимоном | 2-85 | 200/3 | 0.26 | 0.06 | 15.22 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 4-46 | 60 | 4.74 | 0.60 | 28.80 | 140 |
| Итого | 35-00 | | 19.30 | 19.62 | 77.46 | 611 |
| <i>Обед 1-4 кл</i> | | | | | | |
| Салат из моркови с яблоками | 4-71 | 60 | 0.52 | 3.13 | 4.72 | 49 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом птицы | 12-52 | 5,5/250/5 | 6.20 | 6.40 | 10.10 | 126 |
| Котлета рубленая из птицы с соусом | 36-77 | 60/40 | 14.50 | 12.82 | 10.01 | 201 |
| Макаронные изделия отварные | 9-01 | 150 | 5.32 | 4.89 | 29.00 | 211 |
| Компот из свежих плодов | 7-08 | 200 | 0.16 | 0.16 | 17.87 | 109 |
| Хлеб ржаной | 2-91 | 60/2 кус | 2.82 | 0.60 | 24.60 | 126 |
| Итого | 73-00 | | 29.52 | 28.00 | 96.30 | 822 |
| <i>Обед 5-11 кл</i> | | | | | | |
| Салат из моркови с яблоками | 7-85 | 100 | 0.86 | 5.22 | 7.87 | 81 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом птицы | 12-69 | 6/250/5 | 6.20 | 6.40 | 10.10 | 126 |
| Котлета рубленая из птицы с соусом | 40-65 | 65/50 | 16.50 | 14.70 | 7.50 | 247 |
| Макаронные изделия отварные | 10-82 | 180 | 6.30 | 7.38 | 42.30 | 265 |
| Компот из свежих плодов | 7-08 | 200 | 0.16 | 0.16 | 17.87 | 109 |
| Хлеб ржаной | 2-91 | 60/2 кус | 2.82 | 0.60 | 24.60 | 126 |
| Итого | 82-00 | | 32.84 | 34.46 | 110.24 | 954 |
| <i>Полдник (14-00)</i> | | | | | | |
| Вафли тортимилка | 12-26 | 20 | 1.20 | 5.60 | 12.32 | 80 |
| Напиток апельсиновый | 6-67 | 200 | 0.20 | 0.04 | 25.73 | 100 |
| Яблоки свежие | 16-07 | 150 | 0.45 | | 12.90 | 60 |
| Итого | 35-00 | | 1.85 | 5.64 | 50.95 | 240 |

Зав производством

Фролова А.А.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.