



Степанова Н.И.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа №3 МЕНЮ на 31 Января 2024 г.



Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
<i>Завтрак 1-4 кл</i>						
Сыр порциями	6-22	10	2.30	3.90	2.10	36
Каша молочная манная с маслом	13-02	235/5	8.71	6.70	38.05	295
Чай с сахаром	2-04	200	0.20	0.05	15.01	57
Хлеб пшеничный	3-72	50	3.95	0.50	24.00	117
Итого	25-00		15.16	11.15	79.16	505
<i>Завтрак 5-11 кл</i>						
Бутерброд с сыром	9-13	10/30	2.70	2.09	9.22	71
Каша молочная манная с маслом	14-37	245/5	9.08	6.98	39.67	307
Чай с сахаром	2-04	200	0.20	0.05	15.01	57
Хлеб пшеничный	4-46	60	4.74	0.60	28.80	140
Итого	30-00		16.71	9.72	92.69	575
<i>Обед 1-4 кл</i>						
Салат из квашеной капусты	7-72	60	0.78	3.00	4.80	52
Рассольник ленинградский со сметаной с мясом птицы	12-76	5/250/5	6.51	8.00	20.33	164
Биточки рыбные (минтай) с соусом	23-80	65/50	10.14	11.18	11.88	192
Картофельное пюре	13-35	150	3.22	5.56	22.00	155
Напиток Цитрус	7-46	200	0.10		24.90	97
Хлеб ржаной	2-91	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	68-00		23.57	28.34	108.51	786
<i>Обед 5-11 кл</i>						
Салат из квашеной капусты	11-47	100	1.30	5.00	8.00	87
Рассольник ленинградский со сметаной с мясом птицы	12-76	5/250/5	6.51	8.00	20.33	164
Биточки рыбные (минтай) с соусом	21-38	60/40	9.36	10.32	10.97	178
Картофельное пюре	16-02	180	3.86	6.67	26.40	186
Напиток Цитрус	7-46	200	0.10		24.90	97
Хлеб ржаной	2-91	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	72-00		23.95	30.59	115.20	838
<i>Полдник (14-00)</i>						
Булочка творожная	11-20	60	7.98	2.16	33.36	176
Кисель из концентрата	4-22	200			30.60	118
Яблоки свежие	14-58	147	0.44		12.64	59
Итого	30-00		8.42	2.16	76.60	353

Зав производством

Фролова А.А.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.