

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МНОУ СОШ № 3 г. Ядрин
Есеров В.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО «Торговый дом Ядрин»
А.Н. Матвеев

13.01.2025

МЕНЮ
на Понедельник 2025г

2 день

наименование блюда	цена	выход	пищевая ценность				номер рецепту ры
			белки	жиры	углеводы	ккал	
завтрак 7-11 лет							
бутерброд с сыром	21,5	55	5,76	7,95	14,62	162,80	3*
каша молоч овсяная с маслом	17,93	200\5	7,40	13,95	31,96	284,00	173*
чай с фруктовым соком	5,25	200	0,34	0,02	24,53	95,00	79**
хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
итого:	49,12		17,30	22,32	95,41	660,80	
завтрак 12-18 лет							
бутерброд с сыром	21,5	55	5,76	7,95	14,62	162,80	3*
каша молоч овсяная с маслом	17,93	200\5	7,40	13,95	31,96	284,00	173*
чай с фруктовым соком	5,25	200	0,34	0,02	24,53	95,00	79**
хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
вафли	5,88	25	1,77	2,25	7,40	56,00	
итого:	55,00		19,07	24,57	102,81	716,80	
обед 7-11 лет							
салат из моркови с изюмом	6,7	80	1,38	1,13	13,37	68,00	66*
рассольник ленинградский со сметаной	14,46	200\15\5	1,88	5,10	13,92	113,00	96*
тефтели рубленные с соусом	31,45	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	197,00	278*
каша гречневая рассыпчатая	15,36	150	8,76	6,62	43,08	271,00	171*
компот из смеси сухофруктов	4,83	200	0,44	0,00	28,88	116,00	349*
хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
вафли	12,76	50	3,54	4,50	14,80	112,00	
итого:	90,00		27,38	32,06	123,72	1003,00	
обед 12-18 лет							
салат из моркови с изюмом	6,7	80	1,38	1,13	13,37	68,00	66*
рассольник ленинградский со сметаной	15,74	250\15\5	2,31	6,60	17,36	135,00	96*
тефтели рубленные с соусом	32,33	100(60\40)	8,87	14,59	11,09	211,00	278*
каша гречневая рассыпчатая	15,96	180	10,51	7,94	51,70	325,00	171*
компот из смеси сухофруктов	4,83	200	0,44	0,00	28,88	116,00	349*
хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	80,00		26,33	30,86	123,00	981,00	

повар Веселая Василикова А.В.