

СОГЛАСОВАНО:  
ДИРЕКТОР СШ № 3



МЕНЮ на 22.11 2024г.  
Организованное питание  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 5 день  
ЗАВТРАК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                                 | ВЫХОД, гр | Б    | Ж     | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|----------------------------------------------------|-----------|------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Каша «Здоровье» молочная вязкая с маслом сливочным | 200/15    | 3,99 | 10,12 | 17,36 | 176,48   | 77,07                     |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром               | 15/10/20  | 5,54 | 7,11  | 10,17 | 126,81   |                           |
| Чай черный с шиповником                            | 200       | 0,62 | 1,16  | 21,98 | 100,84   |                           |
| Хлеб пшеничный                                     | 50        | 4,30 | 1,60  | 21,75 | 118,60   |                           |

ЗАВТРАК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                                 | ВЫХОД, гр | Б    | Ж     | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|----------------------------------------------------|-----------|------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Каша «Здоровье» молочная вязкая с маслом сливочным | 250/15    | 4,91 | 12,47 | 21,39 | 217,52   | 89,61                     |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром               | 15/10/20  | 5,54 | 7,11  | 10,17 | 126,81   |                           |
| Чай черный с шиповником                            | 200       | 0,62 | 1,16  | 21,98 | 100,84   |                           |
| Хлеб пшеничный                                     | 70        | 6,02 | 2,24  | 30,45 | 166,04   |                           |

ОБЕД 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА              | ВЫХОД, гр | Б    | Ж    | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|---------------------------------|-----------|------|------|-------|----------|---------------------------|
| Огурцы солёные                  | 60        | 0,43 | 0,05 | 1,04  | 6,37     | 115,60                    |
| Суп гороховый на мясном бульоне | 200       | 2,11 | 3,02 | 12,26 | 82,66    |                           |
| Гёфтели в красном соусе         | 110       | 8,25 | 7,02 | 8,18  | 128,89   |                           |
| Макаронные изделия отварные     | 150       | 3,21 | 4,19 | 38,89 | 227,27   |                           |
| Кисель витаминный               | 180       | 0,13 | 0,08 | 12,86 | 52,70    |                           |
| Хлеб пшеничный                  | 50        | 4,30 | 1,60 | 21,75 | 118,60   |                           |
| Хлеб ржаной                     | 50        | 4,25 | 0,45 | 14,38 | 78,55    |                           |

ОБЕД 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА              | ВЫХОД, гр | Б    | Ж     | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|---------------------------------|-----------|------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Огурцы солёные                  | 100       | 0,72 | 0,09  | 1,73  | 10,61    | 134,40                    |
| Суп гороховый на мясном бульоне | 250       | 6,39 | 16,28 | 15,32 | 103,32   |                           |
| Гёфтели в красном соусе         | 110       | 8,25 | 7,02  | 8,18  | 128,89   |                           |
| Макаронные изделия отварные     | 180       | 4,62 | 6,02  | 56,00 | 255,67   |                           |
| Кисель витаминный               | 180       | 0,13 | 0,08  | 12,86 | 52,70    |                           |
| Хлеб пшеничный                  | 70        | 6,02 | 2,24  | 30,45 | 166,04   |                           |
| Хлеб ржаной                     | 90        | 7,65 | 0,81  | 25,88 | 141,39   |                           |

ПОЛДНИК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                  | ВЫХОД, гр. | Б    | Ж    | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-------------------------------------|------------|------|------|-------|----------|---------------------------|
| Булочка дорожная йодированная       | 105        | 7,38 | 8,51 | 29,72 | 224,91   | 57,80                     |
| Молоко пастеризованное йодированное | 200        | 5,04 | 5,76 | 8,46  | 105,84   |                           |

ПОЛДНИК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                  | ВЫХОД, гр. | Б     | Ж     | У     | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-------------------------------------|------------|-------|-------|-------|----------|---------------------------|
| Булочка дорожная йодированная       | 150        | 10,54 | 12,15 | 42,45 | 321,31   | 67,19                     |
| Молоко пастеризованное йодированное | 200        | 5,04  | 5,76  | 8,46  | 105,84   |                           |

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ М. Саф