

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР СШ № 3

*Морозова Ю.М.*МЕНЮ на 15.01 2024г.Организованное питание  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!2 неделя 3 день  
ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Плов с мясом	200	10,34	14,37	16,13	235,23	77,07
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,36	0,18	12,78	54,18	
Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	
Пряник	50	2,25	5,13	10,75	98,13	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Плов с мясом	250	12,93	17,97	20,16	294,03	89,61
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,36	0,18	12,78	54,18	
Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	
Пряник	30	1,35	3,08	6,45	58,88	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	60	0,59	0,11	7,40	32,94	115,60
Рассольник Ленинградский на бульоне ,со сметаной	200/10	1,87	9,88	4,34	113,76	
Минтай запечённый в молочном соусе	90	5,69	3,16	2,21	60,04	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,27	6,11	29,16	196,67	
Компот из плодов и ягод сушёных	180	0,24	0,02	14,18	57,82	
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.
Помидоры свежие порционно	100	0,99	0,18	12,33	54,90	134,40
Рассольник Ленинградский на бульоне , со сметаной	250/10	2,33	13,23	5,73	151,31	
Минтай запечённый в молочном соусе	100	6,32	3,51	2,45	66,71	
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,52	7,33	34,99	236,00	
Компот из плодов и ягод сушёных	180	0,24	0,02	14,18	57,82	
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.
Шанежка наливная	100	9,60	9,00	46,21	304,24	57,80
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	17,10	68,40	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Шанежка наливная	150	14,40	13,50	69,32	456,36	67,19
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	17,10	68,40	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

*М.С.Смирнова*