

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР СШ № 3



МЕНЮ на 18.03 2025г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 2 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	выход, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	150/10	10,56	14,68	4,48	192,28	80,92
Чай чёрный с сахаром	200	1,08	0,36	12,60	57,96	
Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	
Вафли	90	5,14	9,05	15,27	163,04	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	выход, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	200/10	13,96	19,26	5,88	252,70	94,09
Чай чёрный с сахаром	200	1,08	0,36	12,60	57,96	
Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	
Вафли	90	5,14	9,05	15,27	163,04	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	выход, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,43	0,11	3,36	16,14	121,38
Суп летний овощной на мясном бульоне	200	3,17	2,22	17,52	102,75	
Азу	200	9,10	9,80	40,99	288,56	
Компот из смеси сухофруктов	180	1,30	0,00	23,00	97,20	
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 свежие порционно	100	0,72	0,18	5,60	26,90	141,13
Суп летний овощной на мясном бульоне	250	3,96	2,77	21,90	128,43	
Азу	250	11,37	12,47	51,23	360,70	
Компот из смеси сухофруктов	180	1,30	0,00	23,00	97,20	
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 домашняя йодированная	105	5,88	10,40	19,74	196,04	60,69
Чай чёрный с шиповником	200	0,62	1,16	21,98	100,84	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	выход, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка домашняя йодированная	150	8,40	14,85	28,20	280,06	70,55
Чай чёрный с шиповником	200	0,62	1,16	21,98	100,84	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ