

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ № 3
 Ж.Г.Батовская

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ

МБОУ СОШ № 3

НА 5.12.2023г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Капуста квашенная	60	0,66	0,12	2,28	13,20	3,6
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	90/20	16,22	5,34	13,88	173,91	33,63
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150/5	4,00	4,24	24,56	152,41	5,84
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,9	81,00	15,9
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,9
Итого:	590	25,13	16,67	97,06	642,14	58,51

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 –11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ

МБОУ СОШ № 3

НА 5.12.2023г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Капуста квашенная	100	1,10	0,20	3,80	22,00	6,00
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	100/20	17,69	5,82	15,14	189,72	37,26
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	180/6	4,81	5,10	29,50	183,06	6,98
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,9	81,00	8,98
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,65
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,6	3,9
Итого:	676	28,10	18,15	107,03	706,90	66,01

Повар А.С.Кучева