



УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУСОШ № 3  
 Ж.Г. Батовская

**МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ**  
**МБОУСОШ № 3**  
 НА 11.12.2023г

| Наименование блюд                      | выход, г      | пищевые вещества/г/ |              |              | Энергетическая ценность, ккал | цена, руб    |
|--|---------------|---------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|
|  |               | белки               | жиры         | углеводы     |                               |              |
| Масло сливочное (порциями)             | 10            | 0,08                | 7,26         | 0,14         | 66,00                         | 6,9          |
| Сыр Российский(порциями)               | 10            | 2,32                | 2,95         | 0,00         | 36,00                         | 6,48         |
| Яйцо вареное                           | 40            | 4,8                 | 4,00         | 0,30         | 56,6                          | 8,6          |
| Каша жид. молоч. манная со слив.маслом | 200/15        | 3,98                | 4,28         | 18,98        | 130,73                        | 15,94        |
| Кофейный напиток с молоком             | 200           | 1,32                | 1,35         | 15,9         | 81,00                         | 9,78         |
| Хлеб пшеничный йодированный            | 30            | 1,65                | 2,10         | 18,00        | 72,00                         | 1,86         |
| Яблоки свежие                          | 150           | 0,60                | 0,60         | 14,7         | 70,50                         | 9,00         |
| <b>Итого:</b>                          | <b>605,00</b> | <b>14,75</b>        | <b>22,54</b> | <b>68,02</b> | <b>512,83</b>                 | <b>58,56</b> |

**МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 –11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ**  
**МБОУСОШ № 3**  
 НА 11.12.2023г

| Наименование блюд                      | выход, г      | пищевые вещества/г/ |              |              | Энергетическая ценность, ккал | цена, руб    |
|--|---------------|---------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|
|  |               | белки               | жиры         | углеводы     |                               |              |
| Масло сливочное (порциями)             | 10            | 0,08                | 7,25         | 0,13         | 66,00                         | 6,9          |
| Сыр Российский(порциями)               | 20            | 4,64                | 5,90         | 0,00         | 72,00                         | 12,96        |
| Яйцо вареное                           | 40            | 4,82                | 4,00         | 0,30         | 56,60                         | 8,6          |
| Каша жид. Молоч. Манная со слив.маслом | 200/20        | 5,31                | 5,71         | 25,31        | 174,31                        | 16,73        |
| Кофейный напиток с молоком             | 200           | 9,07                | 5,78         | 20,65        | 155,60                        | 9,78         |
| Хлеб пшеничный йодированный            | 40            | 2,20                | 0,36         | 24,00        | 96,04                         | 2,48         |
| Яблоки свежие                          | 150           | 0,60                | 0,60         | 14,7         | 70,5                          | 9,00         |
| <b>Итого:</b>                          | <b>680,00</b> | <b>18,95</b>        | <b>25,17</b> | <b>80,34</b> | <b>616,45</b>                 | <b>66,29</b> |

Повар А.С.Кучева