ТВЕРЖДАЮ: Директор МБОУСОШ № 3 Ж.Т.Батовикая

energe of the personal contractions are the contraction of the contrac

## МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4КЛАССОВ МБОУСОШ № 3

НА 15 . 12 .2023г

|   | выход, | пищевые вещества/г/ |       |          | Энергетическая | цена, руб |
|---|--------|---------------------|-------|----------|----------------|-----------|
| Наименование блюд                                   | Г      | белки               | жиры  | углеводы | ценность, ккал |           |
|   |        |                     |       |          |                | <u>_</u>  |
| Масло сливочное<br>(порциями)                       | 5      | 0,04                | 3,63  | 0,07     | 33,00          | 3,5       |
| Сыр<br>Российский(порциями)                         | 10     | 2,32                | 2,95  | 0,00     | 36,00          | 6,48      |
| Пудинг из творога (запечённый) со сгущенным молоком | 150/20 | 22,27               | 15,40 | 0,66     | 392,44         | 60,34     |
| Чай с сахаром                                       | 200/15 | 0,10                | 0,00  | 13,76    | 55,13          | 0,94      |
| Хлеб пшеничный йодированный                         | 20     | 1,10                | 0,18  | 12,00    | 48,02          | 1,24      |
| Яблоко свежее                                       | 150    | 0,60                | 0,60  | 14,70    | 70,50          | 9,00      |
| Итого:  | 570    | 26,43               | 22,76 | 41,19    | 635,09         | 81,5      |

## МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 –11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ МБОУСОЩ № 3 $_{\odot}$

НА <u>15 . 12.</u> .2023г

| Масло сливочное (порциями) 5 0,04 3,63 0,07 33,00 3,5 Сыр Российский(порциями) 10 2,32 2,95 0,00 36,00 6,48 Российский(порциями) 10 32,83 16,85 29,80 467,21 77,7 (запечённый) со сгущенным молоком 200/30 467,21 77,7 Хлеб пшеничный хлеб пшеничный йодированный 20 1,10 0,18 12,00 48,02 1,24 Яблоко свежее 120 0,48 0,48 11,76 56,40 9,00  |          | Наименование блюд | выход, | пищевые вещества/г/ |       |          | Энергетическая ценность, ккал | цена, руб |
|---|----------|-------------------|--------|---------------------|-------|----------|-------------------------------|-----------|
| (порциями)     5     0,04     3,63     0,07     33,00       Сыр<br>Российский(порциями)     10     2,32     2,95     0,00     36,00     6,48       Пудинг из творога<br>(запечённый) со<br>сгущенным молоком     32,83     16,85     29,80     467,21       Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный<br>йодированный     200/15     0,10     0,00     13,76     55,13     0,94       Хлеб пшеничный<br>йодированный     20     1,10     0,18     12,00     48,02     1,24       Яблоко свежее     120     0,48     0,48     11,76     56,40     9,00   |          | Паименование олюд | 1      | белки               | жиры  | углеводы | ценность, ккал                |           |
| (порциями)     5     0,04     3,63     0,07     33,00       Сыр<br>Российский(порциями)     10     2,32     2,95     0,00     36,00     6,48       Пудинг из творога<br>(запечённый) со<br>сгущенным молоком     32,83     16,85     29,80     467,21       Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный<br>йодированный     200/15     0,10     0,00     13,76     55,13     0,94       Хлеб пшеничный<br>йодированный     20     1,10     0,18     12,00     48,02     1,24       Яблоко свежее     120     0,48     0,48     11,76     56,40     9,00   |          |                   |        |                     |       |          |                               |           |
| Российский (порциями) 10 2,32 2,95 0,00 36,00 77,7 Пудинг из творога (запечённый) со стущенным молоком 200/30 467,21 77,7 467,21 77,7 7,7 7,7 7,7 7,7 7,7 7,7 7,7 7,7 7   |          |                   | 5      | 0,04                | 3,63  | 0,07     | 33,00                         | 3,5       |
| (запечённый) со сгущенным молоком 200/30 200/30 200/30 467,21 29,80 467,21 200/30 200 |          |                   | 10     | 2,32                | 2,95  | 0,00     | 36,00                         | 6,48      |
| Хлеб пшеничный до 1,10 0,18 12,00 48,02 1,24 йодированный 20 0,48 0,48 11,76 56,40 9,00   |          | (запечённый) со   | 200/30 | 32,83               | 16,85 | 29,80    | 467,21                        | 77,7      |
| йодированный 20 1,10 0,18 12,00 48,02   Яблоко свежее 120 0,48 0,48 11,76 56,40 9,00  | The same | Чай с сахаром     | 200/15 | 0,10                | 0,00  | 13,76    | 55,13                         | 0,94      |
|   |          |                   | 20     | 1,10                | 0,18  | 12,00    | 48,02                         | 1,24      |
| Итого: 600 36.87 24.09 67.39 695.76 98,86   |          | Яблоко свежее     | 120    | 0,48                | 0,48  | 11,76    | 56,40                         | 9,00      |
|   |          | Итого:            | _600   | 36,87               | 24,09 | 67,39    | 695,76                        | 98,86     |

Повар \_\_\_\_\_\_ А.С.Кучева