

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

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ

МБОУ СОШ № 3  
 НА 15.12.2023г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
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
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:	<b>570</b>	<b>26,43</b>	<b>22,76</b>	<b>41,19</b>	<b>635,09</b>	<b>81,5</b>

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 –11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ

МБОУ СОШ № 3  
 НА 15.12.2023г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
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
Пудинг из творога (запечённый) со сгущенным молоком	200/30	32,83	16,85	29,80	467,21	77,7
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	120	0,48	0,48	11,76	56,40	9,00
Итого:	<b>600</b>	<b>36,87</b>	<b>24,09</b>	<b>67,39</b>	<b>695,76</b>	<b>98,86</b>

Повар А.С. Кучева