

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о.директора МБОУСОШ № 3

  
Ж.Г.Батовская

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ  
МБОУСОШ № 3

НА 16 . 10 . 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
Итого:	<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 16 . 10 . 2023г

Наименование блюд	выход, д, 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
Итого:	<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