

УТВЕРЖДАЮ:
И.о.директора МБОУСОШ № 3

 С.В.Шеремет

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ
МБОУСОШ № 3
НА 21.09.2023г

Наименование блюда	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Птица отварная	90	28,91	2,14	1,01	139,28	40,08
Рагу из овощей	150	2,75	6,70	13,62	102,45	15,55
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	4,99
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	1,86
Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	15,00
Итого:	537,00	35,42	10,81	85,49	555,39	77,48

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 –11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ
МБОУСОШ № 3
НА 21.09.2023г

Наименование блюда	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Птица отварная	100	32,12	2,38	1,12	154,75	44,78
Рагу из овощей	180	3,30	8,04	15,13	113,83	18,24
Чай с лимоном	200/7	0,11	0,00	13,96	56,23	4,99
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	2,46
Пирожок с джемом промышленный	60	3,72	5,16	28,56	175,56	15,00
Итого:	587,00	39,43	12,48	93,11	606,25	85,47

Повар  А.С.Кучева