

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУСОШ № 3  
 Ж.Г.Батовская

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ  
 МБОУСОШ № 3  
 НА 01.10.2024г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,20	7,2
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	90/20	16,22	5,34	13,88	173,91	36,89
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150/5	4,00	4,24	24,56	152,41	5,89
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,9	81,00	9,44
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,56
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,68
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	6,49
Итого:	<b>590</b>	<b>25,13</b>	<b>16,67</b>	<b>97,06</b>	<b>642,14</b>	<b>65,91</b>

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 –11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ  
 МБОУСОШ № 3  
 НА 01.10.2024г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Помидоры свежие	100	1,10	0,20	3,80	22,00	12,00
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	100/20	17,69	5,82	15,14	189,72	44,02
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	180/6	4,81	5,10	29,50	183,06	7,04
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,9	81,00	9,44
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,56
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	2,1
Печенье топленое молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,6	3,25
Итого:	<b>676</b>	<b>28,10</b>	<b>18,15</b>	<b>107,03</b>	<b>706,90</b>	<b>71,41</b>

Повар  А.А.Засимова