

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУСОШ № 3

Ж.Г. Батовская
Ж.Г. Батовская

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ
МБОУСОШ № 3
НА 17 . 04 . 2024г

| Наименование блюд | выход, г | пищевые вещества/г/ | | | Энергетическая ценность, ккал | цена, руб |
|--|-------------|---------------------|--------------|--------------|-------------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углевод ы | | |
| Квашенная капуста | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 | 3,6 |
| Мясо тушеное(говядина) | 50/40 | 13,68 | 15,64 | 2,30 | 202,50 | 62,42 |
| Каша ячневая вязкая со сливочным маслом | 150/5 | 3,35 | 3,63 | 22,00 | 132,39 | 4,79 |
| Какао с молоком | 200 | 1,32 | 1,35 | 15,90 | 81,00 | 10,92 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1,10 | 0,18 | 12,00 | 48,02 | 1,36 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,00 | 0,22 | 9,00 | 38,00 | 1,44 |
| Зефир | 40 | 0,20 | 0,00 | 32,00 | 129,02 | 9,12 |
| Итого: | 585 | 21,31 | 21,14 | 95,48 | 644,13 | 93,65 |

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 –11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ
МБОУСОШ № 3
НА 17 . 04 . 2024г

| Наименование блюд | выход, г | пищевые вещества/г/ | | | Энергетическая ценность, ккал | цена, руб |
|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углевод ы | | |
| Квашенная капуста | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 22,0 | 6,00 |
| Мясо тушеное(говядина) | 50/50 | 15,20 | 17,38 | 2,56 | 225,00 | 62,39 |
| Каша ячневая вязкая со сливочным маслом | 180/6 | 4,02 | 4,36 | 26,4 | 158,89 | 4,79 |
| Какао с молоком | 200 | 1,32 | 1,35 | 15,90 | 81,00 | 10,92 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 1,65 | 0,27 | 18,00 | 72,03 | 2,04 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1,25 | 0,28 | 11,25 | 47,50 | 1,8 |
| Зефир | 40 | 0,20 | 0,00 | 32,00 | 129,02 | 9,12 |
| Итого: | 681 | 24,74 | 23,84 | 109,91 | 735,44 | 97,06 |

Повар *А.А. Засимова* А.А. Засимова