



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУСОШ № 3
 Ж.Т.Батовская

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ
МБОУСОШ № 3
 НА 20.02.2024г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Капуста квашенная	60	0,66	0,12	2,28	13,20	3,6
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	90/20	16,22	5,34	13,88	173,91	35,40
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150/5	4,00	4,24	24,56	152,41	5,84
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,9	81,00	8,98
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
Печенье тошленное молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	3,9
Итого:	590	25,13	16,67	97,06	642,14	60,52

МЕНЮ ЗАВТРАКА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ И УЧИТЕЛЕЙ
МБОУСОШ № 3
 НА 20.02.2024г

Наименование блюд	выход, г	пищевые вещества/г/			Энергетическая ценность, ккал	цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Капуста квашенная	100	1,10	0,20	3,80	22,00	6,00
Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	100/20	17,69	5,82	15,14	189,72	42,37
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	180/6	4,81	5,10	29,50	183,06	6,98
Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,9	81,00	8,98
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,36
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,8
Печенье тошленное молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,6	3,9
Итого:	676	28,10	18,15	107,03	706,90	71,39

Повар ЖК А.С.Кучева