Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №3

А.С.Назарова



МЕНЮ

10 сентября 2025г.

Возрастная категория 12 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Икра морковная тушеная	100	12,93	2,00	7,00	10,00	113,30
Тефтели из говядины	120,00	64,83	17,40	17,60	9,60	266,20
Соус сметанный	25,00	8,09	0,75	4,10	1,60	46,30
Каша гречневая рассыпчатая	200,00	12,48	11,10	8,40	48,00	311,60
Фруктовый чай	200,00	2,38	0,20	0,00	1,70	8,60
Хлеб ржаной йодированный	45,00	1,60	3,40	0,40	22,10	105,50
Хлеб пшеничный	25,00	2,88	1,70	0,30	8,40	42,70
Итого:	715,00	105,19	36,55	37,80	101,40	894,20
ОБЕД						
Нарезка из свежих огурцов	100	10	0,80	0,20	2,50	14,20
Борщ с картофелем	250	11,88	1,70	4,26	9,68	90,24
капуста тушеная с мясом птицы	200	43	16,80	8,20	10,40	182,90
Компот из яблок	200	6,57	0,15	0,14	9,93	41,50
Хлеб пшеничный	45	2,88	3,40	0,40	22,10	105,50
Булка с повидлом промышленного производства	60	12	4,80	8,40	33,60	229,20
Хлеб ржаной йодированный	30	1,92	2,00	0,40	10,00	51,20
Итого:	885,00	88,25	29,65	22,00	98,21	714,74

Возрастная категория 12 лет

Нарезка из свежих | 100 | 10 | 0,80 | 0,20 | 2,50 | 14,20