Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №3

А.С.Назарова

МЕНЮ

9 сентября 2025г.

Возрастная категория 12 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Нарезка из свежих огурцов	100,00	10	0,80	0,20	2,50	14,20
котлета рыбная	100,00	40,81	14,20	2,60	8,60	114,20
соус молочный	30,00	3,39	1,10	2,20	2,90	35,70
Картофельное пюре	200,00	18,34	4,30	6,90	26,40	185,90
Чай с лимоном	200,00	3,18	0,30	0,00	6,70	27,90
Хлеб пшеничный	45,00	2,88	3,40	0,40	22,10	105,50
Хлеб ржаной йодированный	25,00	1,6	1,70	0,30	8,40	42,70
Булка с повидлом промышленного производства	60,00	12	4,80	8,40	33,60	229,20
Итого:	760,00	92,2	30,60	21,00	111,20	755,30
ОБЕД						
Суп с макаронными изделиями	250	8,13	2,52	2,16	18,12	102,00
Жаркое по-домашнему	200	112,54	20,10	18,70	17,20	318,00
Икра морковная тушеная	100	12,93	1,20	4,20	6,00	68,00
Сок натуральный (яблочный)	200	34	0,60	0,00	33,00	134,40
Хлеб пшеничный	60	3,84	4,60	0,50	29,50	140,60
Хлеб ржаной йодированный	30	1,92	2,00	0,40	10,00	51,20
Мандарин	140	32,20	1,10	0,30	10,50	49,00
Итого:	980,00	205,56	32,12	26,26	124,32	863,20
Итого:	760,00	92,2	30,60	21,00	111,20	755,30