Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №3

А.С.Назарова

МЕНЮ

16 сентября 2025г.

Возрастная категория 12 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Нарезка из огурцов	100,00	10	0,80	0,20	2,50	14,20
Жаркое по-домашнему	250	112,54	25,10	23,40	21,50	397,50
Фруктовый чай	200,00	2,38	0,20	0,00	1,70	8,60
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
Сок натуральный (яблочный)	200,00	34	0,60	0,00	33,00	134,40
Итого	820,00	163,40	31,80	24,30	89,20	702,90
Нарезка из свежих огурцов	100,00	10	0,80	0,20	2,50	14,20
Суп крестьянский с крупой	250	9,82	2,40	6,30	12,90	147,38
Рыба запеченная с молочным соусом	100	79,01	31,50	36,70	9,20	493,00
Картофельное пюре	200,00	18,34	4,30	6,90	26,40	185,90
Компот из сухофруктов	200	3,94	0,50	0,00	19,80	81,00
Хлеб пшеничный	45,00	2,88	3,40	0,40	22,10	105,50
Хлеб ржаной йодированный	30,00	1,92	2,00	0,40	10,00	51,20
Итого:	925	125,91	44,90	50,90	102,90	1078,18