

Дата: 28.02.2024 г.

Заведующий производством:

Жареева В.А.

МЕНЮ

Утверждено
Директор МАОУ "СШ № 3"
/Т.А. Броворова

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецеп. | цена рубли |
|--|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | | |
| День 3/неделя 1: Среда | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | |
| Яйца вареные | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | 209/2017м | 20 |
| Запеканка рисовая с творога и молоком сгущенным 170/30 | 200 | 11,53 | 11,94 | 44,31 | 330,86 | 54-2т/2022н | 45 |
| Фрукты по сезону | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 338/2017м | 24 |
| Чай каркаде | 200 | 0,16 | 0,08 | 7,18 | 30,08 | 54-45гн/2022н | 12 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 3,83 |
| Итого за завтрак | 630 | 20,53 | 17,62 | 85,79 | 587,96 | | 104,83 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | |
| Суп гороховый | 250 | 4,23 | 4,50 | 13,55 | 111,65 | 54-25с/2022н | 15 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81,00 | 54-1хн/2022н | 10 |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 702/2010м | 3,23 |
| Итого за Обед | 480 | 6,41 | 4,83 | 48,17 | 261,62 | | 28,23 |
| Всего за Среду | 1110,00 | 26,94 | 22,45 | 133,96 | 849,58 | | 133,06 |