

Дата: 01.03.2024 г.

Заведующий производством:

*Мухоморова В.А.*

Утверждено  
Директор МАОУ "СШ № 3"  
*Г.А. Броворова*

**МЕНЮ**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Овощи по сезону нарезке (огурец )	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2017м	20
Гуляш из отварного мяса	100	13,35	13,10	3,63	185,85	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Напиток витаминизированный "Витоша"	200	0,00	0,00	19,40	77,60	п.т	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>650</b>	<b>24,99</b>	<b>23,18</b>	<b>101,10</b>	<b>721,39</b>		<b>104,83</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>690</b>	<b>23,87</b>	<b>20,15</b>	<b>98,36</b>	<b>683,44</b>		

**Обед**

Рассольник ленинградский	250	2,40	6,24	16,52	133,30	54-3с/2022н	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
<b>Итого за Обед</b>	<b>480</b>	<b>4,24</b>	<b>6,73</b>	<b>59,22</b>	<b>316,87</b>		<b>28,23</b>
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>1130</b>	<b>29,23</b>	<b>29,91</b>	<b>160,32</b>	<b>1038,26</b>		<b>133,06</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>480,00</b>	<b>5,55</b>	<b>5,98</b>	<b>51,69</b>	<b>283,43</b>		