

Утверждаю
Директор МАОУ «СШ № 3»
/ Т.А. Бровирова

21 ноября 2023 г.



МЕНЮ

21.11.2023

Наименование Блюда	Завтрак	
	Выход порции	Эн. Ценность (ккал)
Плов с мясом кур	220	383,52
Вафли	30	140,0
Кукуруза консервированная	30	31,2
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	60,0
Хлеб пшеничный	30	82,5
Итого		697,22
Нарезка овощная (огурец солёный)	60	9,1
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	87,2
Жаркое по домашнему	250	312,5
Компот из изюма	200	112,6
Хлеб пшеничный	30	82,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	44
Итого		647,9
Всего		1 345,12

Ответственный повар:

Жареева В.А.