



Утверждаю:
Директор МАОУ "СШ № 3"
А.А. Броворова
"12" октября 2023 г.

МЕНЮ

12.10.2023

Завтрак

Наименование Блюда	Выход порции	Эн. Ценность (ккал)
Каша гречневая рассыпчатая	150	178,2
Тефтели с рисом	90	231,3
Фрукты свежие (яблоко)	150	66
Чай с молоком	200	61,3
Хлеб пшеничный	20	55,0
Итого		591,8
Нарезка овощная (огурец свежий)	60	9,1
Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/10	102,4
Куриные окорочка отварные	90	329,4
Бобовые отварные (горох)	150	257,4
Компот из свежих плодов	200	112,7
Хлеб пшеничный	20	55
Хлеб ржано-пшеничный	20	44
Итого		910,0
Всего		1501,8

Ответственный повар:

Жареева В.А.