

Утверждаю:  
Директор МАОУ "СШ № 3" / Т.А. Броворова  
" 13 " октября 2023 г.



## МЕНЮ

13.10.2023

### Завтрак

Наименование Блюда	Выход порции	Эн. Ценность (ккал)
Картофель отварной с маслом	150/5	181,5
Котлета рыбная любительская	100	196
Фрукты свежие (апельсин)	150	66
Чай с сахаром	200/15	58
Хлеб пшеничный	20	55,0
<b>Итого</b>		<b>556,5</b>
Нарезка овощная (огурец свежий)	60	9,1
Рассольник ленинградский (перловка) со сметаной	200/10	129
Запеканка картофельная с мясом	220	435,6
Компот из изюма	200	112,6
Хлеб пшеничный	30	82,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	44
<b>Итого</b>		<b>812,8</b>
<b>Всего</b>		<b>1369,3</b>

Ответственный повар:

*Журавлева В.А.*