

Утверждаю  
Директор МАОУ «СШ № 3»  
Т.А. Броворова  
" 19 " Октября 2023 г.



## МЕНЮ

19.10.2023

Завтрак		
Наименование Блюда	Выход порции	Эн. Ценность (ккал)
Каша гречневая рассыпчатая	150	178,2
Тефтели куриные с рисом	90	231,3
Чай с сахаром	200/15	58
Фрукты свежие (яблоко)	150	66
Хлеб пшеничный	20	55,0
<b>Итого</b>		<b>588,5</b>
Нарезка овощная (огурец свежий)	60	9,1
Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/10	102,4
Рагу с птицей	240	278,4
Компот из свежих плодов	200	112,7
Хлеб пшеничный	30	82,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	44
<b>Итого</b>		<b>629,1</b>
<b>Всего</b>		<b>1 217,62</b>

Ответственный повар:

Жареева В.А.