

Утверждаю,  
Директор МАОУ «СШ № 3»  
/ Т.А. Бродорова  
" 28 " сентября 2023 г.



## МЕНЮ

28.09.2023

### Завтрак

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

Ответственный повар:

Маслова В.А.