

Дата: 17.05.2024 г.

Заведующий производством:

Жареева В.А.

Утверждено
Директор МАОУ "СШ № 3"
Т.А. Броворова

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Овощи по сезону нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2017м	20
Гуляш из отварного мяса	100	13,35	13,10	3,63	185,85	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	15
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Напиток витаминизированный "Витоша"	200	0,00	0,00	19,40	77,60	п.т	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,83
Итого за завтрак	650	24,99	23,18	101,10	721,39		104,83
Итого за неделю в среднем завтрак	690	23,87	20,15	98,36	683,44		

Обед

Рассольник ленинградский	250	2,40	6,24	16,52	133,30	54-3с/2022н	15
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	10
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,23
Итого за Обед	480	4,24	6,73	59,22	316,87		28,23
Всего за Пятницу	1130	29,23	29,91	160,32	1038,26		133,06
Итого за неделю в среднем обед	480,00	5,55	5,98	51,69	283,43		