

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./

МЕНЮ
на 09.01.2024 вторник
МБОУ СОШ № 3 Гимназия



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП22109	Каша рисовая молочная	200	5,07	9,73	32,00	225,33
КП22564	Сырники из творога с соусом молочным	90	5,00	4,65	14,20	146,00
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	40	3,20	0,48	15,36	94,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	14,53	14,91	61,81	513,33
Начальные классы Обед						
КП22181	Винегрет овощной	60	0,75	1,35	4,35	33,00
КП22228	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	7,50	5,00	15,13	200,00
КП22252	Жаркое по-домашнему (говядина)	150	6,60	9,90	23,16	258,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	35	2,80	0,42	13,44	82,25
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69,00
ИТОГО по приему: Обед		72,54	20,38	20,97	76,99	685,25
Начальные классы 2Обед 2 смена						
КП22181	Винегрет овощной	60	0,75	1,35	4,35	33,00
КП22228	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	7,50	5,00	15,13	200,00
КП22252	Жаркое по-домашнему (говядина)	150	6,60	9,90	23,16	258,00
КП22007	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	35	2,80	0,42	13,44	82,25
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		72,54	20,38	20,97	76,99	685,25
Старшие классы Завтрак						
КП22109	Каша рисовая молочная	210	5,32	10,22	33,60	236,60
КП22564	Сырники из творога с соусом молочным	90	5,00	4,65	14,20	146,00
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	50	4,00	0,60	19,20	117,50
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	15,58	15,52	67,25	548,10
Старшие классы Обед						
КП22181	Винегрет овощной	100	1,25	2,25	7,25	55,00

КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	7,60	6,40	32,60	219,0
КП22252	Жаркое по-домашнему (говядина)	180	7,92	11,88	27,79	309,6
КП22007	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,0
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	45	3,60	0,54	17,28	105,7
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,60	14,14	92,0
ИТОГО по приему: Обед		84,45	23,91	26,77	109,36	824,3

Старшие классы 2Обед 2 смена

КП22181	Винегрет овощной	100	1,25	2,25	7,25	55,0
КП22221	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	7,60	6,40	32,60	219,0
КП22252	Жаркое по-домашнему (говядина)	180	7,92	11,88	27,79	309,6
КП22007	Напиток яблочный	200	0,30	0,10	10,30	43,0
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	45	3,60	0,54	17,28	105,7
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,60	14,14	92,0
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	23,91	26,77	109,36	824,3