

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

[Подпись] / *Александр П.П.*

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

[Подпись]

/Урманова Н.С./



МЕНЮ

на 10.10.2023 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 |
| КП22163 | Омлет натуральный | 60 | 4,93 | 4,49 | 7,93 | 115,33 |
| КП22001 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 1,26 | 0,05 | 0,25 | 48,00 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной | 40 | 3,20 | 0,48 | 15,36 | 94,00 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 64,44 | 14,46 | 14,76 | 55,54 | 482,67 |
| Обед | | | | | | |
| КП22161 | Салат из белокачанной капусты | 90 | 2,02 | 1,57 | 20,25 | 94,50 |
| КП22228 | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 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 | 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 | 21,66 | 21,20 | 92,89 | 746,75 |
| Старшие классы | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КП22109 | Каша рисовая молочная | 210 | 5,32 | 10,22 | 33,60 | 236,60 |
| КП22163 | Омлет натуральный | 90 | 7,40 | 6,74 | 11,90 | 173,00 |
| КП22001 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 1,26 | 0,05 | 0,25 | 48,00 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной | 50 | 4,00 | 0,60 | 19,20 | 117,50 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 73,20 | 17,98 | 17,61 | 64,95 | 575,10 |
| Обед | | | | | | |
| КП22161 | Салат из белокачанной капусты | 100 | 2,25 | 1,75 | 22,50 | 105,00 |
| КП22221 | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 250 | 7,60 | 6,40 | 32,60 | 219,00 |
| КП22252 | Жаркое по-домашнему (говядина) | 180 | 7,92 | 11,88 | 27,79 | 309,60 |
| КП22007 | Напиток яблочный | 200 | 0,30 | 0,10 | 10,30 | 43,00 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной | 45 | 3,60 | 0,54 | 17,28 | 105,75 |
| ХЛРЖЭЛВ | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,24 | 5,60 | 14,14 | 92,00 |
| ИТОГО по приему: Обед | | 84,45 | 24,91 | 26,27 | 124,61 | 874,35 |