



СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательного учреждения

[Подпись]

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

[Подпись]

/Урманова Н.С.



МЕНЮ
на 11.01.2024 четверг
МБОУ СОШ № 3 Гимназия

| Код блюда | Наименование | Выход блюда (гр) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность ккал |
|---------------------------------------|--|------------------|------------------|--------------|--------------|------------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Начальные классы Завтрак | | | | | | |
| КП22105 | Каша "Дружба" молочная | 160 | 10,33 | 12,49 | 24,53 | 288,0 |
| КП22003 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,0 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 40 | 3,20 | 0,48 | 15,36 | 94,0 |
| КП22153 | Фрукты свеж.(шт.) | 100 | 0,40 | 0,40 | 8,80 | 82,0 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 64,44 | 14,13 | 13,37 | 55,19 | 491,0 |
| Начальные классы Обед | | | | | | |
| КП22156 | Суп картофельный с лапшой домашней | 200 | 4,79 | 6,07 | 16,00 | 225,3 |
| КП22021 | Рагу овощное с курицей | 235 | 12,93 | 12,93 | 17,27 | 239,7 |
| КП22693 | Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) | 200 | 0,20 | 0,10 | 17,20 | 700,0 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 35 | 2,80 | 0,42 | 13,44 | 82,2 |
| ХЛРЖЭЛВ | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,43 | 4,20 | 10,61 | 69,0 |
| ИТОГО по приему: Обед | | 72,54 | 23,14 | 23,71 | 74,52 | 1316,2 |
| Начальные классы 2Обед 2 смена | | | | | | |
| КП22156 | Суп картофельный с лапшой домашней | 200 | 4,79 | 6,07 | 16,00 | 225,3 |
| КП22021 | Рагу овощное с курицей | 235 | 12,93 | 12,93 | 17,27 | 239,7 |
| КП22693 | Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) | 200 | 0,20 | 0,10 | 17,20 | 700,0 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 35 | 2,80 | 0,42 | 13,44 | 82,2 |
| ХЛРЖЭЛВ | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,43 | 4,20 | 10,61 | 69,0 |
| ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена | | 72,54 | 23,14 | 23,71 | 74,52 | 1316,2 |
| Старшие классы Завтрак | | | | | | |
| КП22105 | Каша "Дружба" молочная | 190 | 12,26 | 14,83 | 29,13 | 342,0 |
| КП22003 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 27,0 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 50 | 4,00 | 0,60 | 19,20 | 117,50 |
| КП22153 | Фрукты свеж.(шт.) | 110 | 0,44 | 0,44 | 9,68 | 90,20 |
| ИТОГО по приему: Завтрак | | 73,20 | 16,90 | 15,87 | 64,51 | 576,70 |
| Старшие классы Обед | | | | | | |
| КП22156 | Суп картофельный с лапшой домашней | 250 | 5,98 | 7,58 | 20,00 | 281,67 |
| КП22021 | Рагу овощное с курицей | 265 | 14,58 | 14,58 | 19,48 | 270,30 |
| КП22693 | Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) | 200 | 0,20 | 0,10 | 17,20 | 700,00 |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 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 | 27,60 | 28,40 | 88,10 | 1449,72 |
| Старшие классы 2Обед 2 смена | | | | | | |
| КП22156 | Суп картофельный с лапшой домашней | 250 | 5,98 | 7,58 | 20,00 | 281,67 |
| КП22021 | Рагу овощное с курицей | 265 | 14,58 | 14,58 | 19,48 | 270,30 |
| КП22693 | Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) | 200 | 0,20 | 0,10 | 17,20 | 700,00 |
| ХЛПШЭЛВ | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 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: 2Обед 2 смена | | 84,45 | 27,60 | 28,40 | 88,10 | 1449,72 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |