

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С.



Жабуллина Р.Д.

Урманова Н.С.



МЕНЮ
на 12.01.2024 пятница
МБОУ СОШ № 3 Гимназия

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	170	4,26	8,47	22,81	225
КП22699	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9,33	5,08	10,67	125
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	40	3,20	0,48	15,36	94
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	18,05	14,08	49,09	492
Начальные классы Обед						
КП22047	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	5,00	6,10	14,00	134
КП22701	Котлеты куриные с подливом овощным	90	8,00	6,00	11,00	161
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	35	2,80	0,42	13,44	82
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69
ИТОГО по приему: Обед		72,54	24,02	21,77	97,55	762
Начальные классы 2Обед 2 смена						
КП22047	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	5,00	6,10	14,00	134
КП22701	Котлеты куриные с подливом овощным	90	8,00	6,00	11,00	161
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,79	5,00	21,00	206
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	35	2,80	0,42	13,44	82
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		72,54	24,02	21,77	97,55	762
Старшие классы Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	5,02	9,97	26,83	265
КП22699	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9,33	5,08	10,67	125
КП22001	Чай с лимоном и сахаром	200	1,26	0,05	0,25	48
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	50	4,00	0,60	19,20	117
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	19,61	15,70	56,95	555
Старшие классы Обед						
КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	6,10	7,11	15,00	204

КП22702	Котлеты куриные с подливом овощным	100	6,00	4,85	15,00	168,00
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,75	6,00	25,20	247,20
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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	25,69	24,15	114,12	926,95

Старшие классы 2Обед 2 смена

КП22048	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	6,10	7,11	15,00	204,00
КП22702	Котлеты куриные с подливом овощным	100	6,00	4,85	15,00	168,00
КП22173	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,75	6,00	25,20	247,20
КП22008	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,05	27,50	110,00
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	25,69	24,15	114,12	926,95