

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор



/Урманова Н.С.



Жакулина Р.Д.



МЕНЮ
на 16.01.2024 вторник
МБОУ СОШ № 3 Гимназия

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП22106	Каша "Дружба" молочная	150	7,13	10,24	24,00	213,0
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
Д04МА19	Сыр порционный	10	3,00	1,60	2,00	61,0
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	8,80	82,0
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	13,93	12,73	56,66	477,0
Начальные классы Обед						
КП22439	Салат "Здоровье"	60	1,35	7,65	14,10	147,0
КП22032	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	3,73	5,00	16,00	160,0
КП22695	Гуляш из говядины,макароны отварные с маслом(40/150)	190	3,71	5,60	26,92	215,0
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	35	2,80	0,42	13,44	82,0
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69,0
ИТОГО по приему: Обед		72,54	14,32	22,97	91,37	716,0
Начальные классы 2Обед 2 смена						
КП22439	Салат "Здоровье"	60	1,35	7,65	14,10	147,0
КП22032	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	3,73	5,00	16,00	160,0
КП22695	Гуляш из говядины,макароны отварные с маслом(40/150)	190	3,71	5,60	26,92	215,0
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	35	2,80	0,42	13,44	82,0
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69,0
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		72,54	14,32	22,97	91,37	716,0
Старшие классы Завтрак						
КП22106	Каша "Дружба" молочная	180	8,55	12,29	28,80	256,5
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	117,5
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,60	1,92	2,40	73,2
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	110	0,44	0,44	9,68	90,2

ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	16,79	15,25	66,58	564,7
Старшие классы Обед						
КП22439	Салат "Здоровье"	100	2,25	12,75	23,50	245,0
КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	4,00	6,20	18,00	175,0
КП22696	Гуляш из говядины, макароны отварные с маслом(50/150)	200	3,91	5,89	28,34	226,0
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	105,0
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,60	14,14	92,0
ИТОГО по приему: Обед		84,45	17,30	31,08	111,56	886,7
Старшие классы 2Обед 2 смена						
КП22439	Салат "Здоровье"	100	2,25	12,75	23,50	245,0
КП22033	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250	4,00	6,20	18,00	175,0
КП22696	Гуляш из говядины, макароны отварные с маслом(50/150)	200	3,91	5,89	28,34	226,0
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	17,30	31,08	111,56	886,7