

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Урманова Н.С./



МЕНЮ
на 19.01.2024 пятница
МБОУ СОШ № 3 Гимназия

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП22475	Плов из говядины	160	7,47	8,64	20,27	230,4
КП22099	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,40	3,30	10,20	69,0
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	40	3,20	0,48	15,36	94,0
КП22246	Йогурт	100	2,10	2,20	10,00	96,0
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	15,17	14,62	55,83	489,4
Начальные классы Обед						
КП22275	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	3,33	2,83	18,67	130,6
КП22176	Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	198,7
КП22699	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9,33	5,08	10,67	125,0
КП22888	Чай фруктовый(яблочный)	200	6,74	0,08	1,00	32,0
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	28,40	20,08	74,51	637,6
Начальные классы 2Обед 2 смена						
КП22275	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	3,33	2,83	18,67	130,6
КП22176	Картофельное пюре	150	3,76	7,48	20,13	198,7
КП22699	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9,33	5,08	10,67	125,0
КП22888	Чай фруктовый(яблочный)	200	6,74	0,08	1,00	32,0
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	28,40	20,08	74,51	637,6
Старшие классы Завтрак						
КП22475	Плов из говядины	170	7,93	9,18	21,53	244,8
КП22099	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2,40	3,30	10,20	69,0
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	40	3,20	0,48	15,36	94,0
КП22246	Йогурт	100	2,10	2,20	10,00	96,0
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	15,63	15,16	57,09	503,8
Старшие классы Обед						
КП22275	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	4,17	3,53	23,33	163,3

КП22176	Картофельное пюре	180	4,52	8,97	24,15	238,50
КП22699	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9,33	5,08	10,67	125,00
КП22888	Чай фруктовый(яблочный)	200	6,74	0,08	1,00	32,00
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	31,59	23,80	90,57	756,58

Старшие классы 2Обед 2 смена

КП22275	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	4,17	3,53	23,33	163,33
КП22176	Картофельное пюре	180	4,52	8,97	24,15	238,50
КП22699	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9,33	5,08	10,67	125,00
КП22888	Чай фруктовый(яблочный)	200	6,74	0,08	1,00	32,00
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	31,59	23,80	90,57	756,58