

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./



МЕНЮ
на 21.11.2023 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 хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	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 белокочанной капусты	90	2,03	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 хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	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 хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	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 белокочанной 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 хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	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