

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Урманова Н.С./



/Жариллина Р.Т./



МЕНЮ
на 31.01.2024 среда
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	225,25
КП22701	Котлеты куриные с подливом овощным	90	8,00	6,00	11,00	161,00
КП22632	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0,00	0,00	9,70	39,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	40	3,20	0,48	15,36	94,00
ИТОГО по приему: Завтрак		64,44	15,46	14,95	58,87	519,25
Начальные классы Обед						
КП22038	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	5,00	4,16	15,00	129,00
КП22532	Каша рисовая рассыпчатая с гуляшом из куриного филе(120/40)	160	10,80	11,78	22,67	255,00
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	35	2,80	0,42	13,44	82,25
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: Обед		72,54	22,43	21,01	98,02	727,25
Начальные классы 2Обед 2 смена						
КП22038	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	5,00	4,16	15,00	129,00
КП22532	Каша рисовая рассыпчатая с гуляшом из куриного филе(120/40)	160	10,80	11,78	22,67	255,00
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	35	2,80	0,42	13,44	82,25
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,43	4,20	10,61	69,00
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		72,54	22,43	21,01	98,02	727,25
Старшие классы Завтрак						
КП22176	Картофельное пюре	200	5,02	9,97	26,83	265,00
КП22702	Котлеты куриные с подливом овощным	100	6,00	4,85	15,00	168,00
КП22632	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0,00	0,00	9,70	39,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и	50	4,00	0,60	19,20	117,50
ИТОГО по приему: Завтрак		73,20	15,02	15,42	70,73	589,50
Старшие классы Обед						
КП22039	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	3,90	7,20	20,30	112,00

КП22638	Каша рисовая рассыпчатая с гуляшом из куриного филе(170/60)	230	10,20	7,90	11,50	325
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	45	3,60	0,54	17,28	105,
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	8,80	82,
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,60	14,14	92,
ИТОГО по приему: Обед		84,45	22,34	21,69	99,52	826,

Старшие классы 2Обед 2 смена

КП22039	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	3,90	7,20	20,30	112,
КП22638	Каша рисовая рассыпчатая с гуляшом из куриного филе(170/60)	230	10,20	7,90	11,50	325,
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	45	3,60	0,54	17,28	105,
КП22153	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,40	0,40	8,80	82,
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,24	5,60	14,14	92,
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		84,45	22,34	21,69	99,52	826,