

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./



[Handwritten signature]



МЕНЮ
на 20.09.2024 пятница
МБОУ СОШ № 3 Гимназия

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
КП24035	Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	170	10,01	8,98	15,11	200,60
Б324029	Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным	90	7,50	7,20	8,00	130,00
КП24047	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	40	3,20	0,48	15,36	94,00
ИТОГО по приему: Завтрак		69,57	21,97	16,71	38,72	472,60
Начальные классы Обед						
Б324022	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	90	1,82	1,80	20,25	108,00
Б324036	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,50	5,00	15,13	200,00
Б324026	Плов из говядины	150	7,00	8,10	19,00	216,00
КП24054	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
ИТОГО по приему: Обед		78,02	22,55	19,57	105,93	785,25
Начальные классы 2Обед 2 смена						
Б324022	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	90	1,82	1,80	20,25	108,00
Б324036	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,50	5,00	15,13	200,00
Б324026	Плов из говядины	150	7,00	8,10	19,00	216,00
КП24054	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
ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена		78,02	22,55	19,57	105,93	785,25
Старшие классы Завтрак						
Б324035	Картофельное пюре	200	4,67	10,00	26,83	250,00
Б324030	Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным	100	7,50	7,20	8,00	130,00
КП24047	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	50	4,00	0,60	19,20	117,50
ИТОГО по приему: Завтрак		76,36	17,43	17,85	54,28	545,50
Старшие классы Обед						
Б324022	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00

Б324036	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9,38	6,25	18,91	250,00
Б324026	Плов из говядины	180	8,40	9,72	22,80	259,20
КП24054	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		88,10	27,64	24,16	123,13	936,95

Старшие классы 20бед 2 смена

Б324022	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	2,03	2,00	22,50	120,00
Б324036	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9,38	6,25	18,91	250,00
Б324026	Плов из говядины	180	8,40	9,72	22,80	259,20
КП24054	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: 20бед 2 смена		88,10	27,64	24,16	123,13	936,95

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак комплекс 1

КБ30036	Картофельное пюре	200	4,67	10,00	26,83	250,00
Б324029	Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным	90	7,50	7,20	8,00	130,00
КП24047	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	50	4,00	0,60	19,20	117,50
ИТОГО по приему: Завтрак комплекс 1		76,36	17,43	17,85	54,28	545,50

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак комплекс 2

КБ30039	Рагу из овощей	180	2,40	6,00	18,96	102,00
КП24067	Голень куриная запеченная с подливом из томатной пасты	90	14,20	8,20	10,40	176,00
КП24045	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	27,00
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 комплекс 2		76,36	20,80	14,80	55,06	422,50

Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак комплекс 3

Б324046	Картофель по-деревенски	160	4,37	4,43	41,60	224,00
Б324005	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9,33	5,08	10,67	125,00
КП24083	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	3,02	76,00
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 комплекс 3		76,36	17,70	10,11	74,49	542,50