

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./

МЕНЮ
на 21.11.2024 четверг
МБОУ СОШ № 3 Гимназия

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Начальные классы Завтрак						
Б324026	Плов из говядины	160	7,47	8,64	20,27	230,4
КП24045	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
КП22246	Йогурт	100	2,10	2,20	10,00	96,0
ИТОГО по приему: Завтрак		69,57	12,97	11,32	52,13	447,4
Начальные классы Обед						
Б324024	Суп с фасолью на овощном бульоне	200	4,20	4,00	10,20	109,0
КП24052	Макароны отварные с маслом	150	3,72	5,60	26,98	215,2
Б324008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,0
КП24056	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,20	0,10	17,20	120,0
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		78,02	21,45	18,82	81,32	679,0
Начальные классы 2Обед 2 смена						
Б324024	Суп с фасолью на овощном бульоне	200	4,20	4,00	10,20	109,0
КП24052	Макароны отварные с маслом	150	3,72	5,60	26,98	215,2
Б324008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8,10	4,50	2,90	84,0
КП24056	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,20	0,10	17,20	120,0
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		78,02	21,45	18,82	81,32	679,0
Старшие классы Завтрак						
Б324026	Плов из говядины	200	9,33	10,80	25,33	288,0
КП24045	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	117,0
КП22246	Йогурт	100	2,10	2,20	10,00	96,0
ИТОГО по приему: Завтрак		76,36	15,63	13,60	61,03	528,0
Старшие классы Обед						
Б324024	Суп с фасолью на овощном бульоне	250	5,25	5,00	12,75	136,0

КП24052	Макароны отварные с маслом	180	4,46	6,72	32,37	258,30
Б324010	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8,10	4,50	2,90	84,00
КП24056	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,20	0,10	17,20	120,00
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	24,85	22,46	96,64	796,30

Старшие классы 20бед 2 смена

Б324024	Суп с фасолью на овощном бульоне	250	5,25	5,00	12,75	136,25
КП24052	Макароны отварные с маслом	180	4,46	6,72	32,37	258,30
Б324010	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8,10	4,50	2,90	84,00
КП24056	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0,20	0,10	17,20	120,00
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	24,85	22,46	96,64	796,30
