


Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №3»
 г. Белёва Тульской области

 А.Б. Семёнова

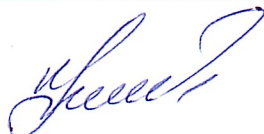
МЕНЮ

День 3

Дата 5 июня 2024г.

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность | № рецепт. | Цена |
|-------|---|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|----------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| | ЗАВТРАК 7-15 лет | | | | | | | |
| 1 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 170 | 29,66 | 18 | 25 | 370 | 54-1г-2020 | 82-81 |
| 2 | Бутерброд с сыром | 55 | 7,6 | 4,3 | 23,7 | 168 | 54-1з-2020 | 18-45 |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | 0,24 | 0,08 | 14 | 52,6 | 2954-23хн-2020 | 10-47 |
| | Итого завтрак | 425,00 | 41,13 | 25,16 | 59,89 | 624,00 | | 111-73 |
| | ОБЕД 7-15 лет | | | | | | | |
| 1 | Салат морковь с сахаром | 100 | 1,6 | 0,2 | 21,6 | 106,4 | 54-19з-2020 | 7-42 |
| 2 | Суп картофельный с горохом и говядиной | 25/250 | 12,54 | 6,98 | 18,65 | 187,8 | 54-25с-2020 | 26-72 |
| 3 | Рыба тушеная в томате с овощами | 100 | 13,85 | 7,41 | 6,29 | 147,2 | 54-11п-2022 | 44-80 |
| 4 | Пюре картофельное | 180 | 3,07 | 5,31 | 19,82 | 139,4 | 54-11г-2020 | 22-55 |
| 5 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,15 | 0,14 | 9,93 | 41,5 | 54-32хн-2020 | 4-89 |
| 6 | Хлеб | 35 | 2,38 | 0,4 | 17,2 | 82,25 | | 2-14 |
| 7 | Батон | 20 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | 52,4 | | 2-08 |
| | Итого обед | 910,00 | 35,09 | 21,02 | 103,77 | 756,95 | | 110-58 |
| | ПОЛДНИК 7-15 лет | | | | | | | |
| 1 | Пряник тульский | 160 | 1,7 | 11,4 | 22,8 | 205,2 | - | 43-04 |
| 2 | Сок фруктовый (поштучно) | 200 | 1 | - | 20 | 45 | | 19-00 |
| 3 | Апельсин (поштучно) | 250 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 43 | | 37-50 |
| 4 | Шоколад «Аленка» 1шт. | 90 | 7 | 34 | 53 | 550 | | 74-70 |
| | Итого полдник | 700,00 | 10,60 | 45,60 | 103,90 | 843,20 | | 174-24 |
| | Итого за день | 2035,00 | 86,82 | 91,78 | 267,56 | 2224,15 | | 396-55 |

Повар



Н.И. Лёвочкина