

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

 А.Б. Семёнова

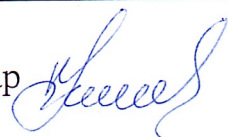
МЕНЮ

День 5

Дата 7 июня 2024г.

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность | № рецепт. | Цена |
|-------|---|----------------|------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| | ЗАВТРАК 7-15 лет | | | | | | | |
| 1 | Котлета из курицы | 100 | 19,10 | 4,31 | 13,42 | 239,80 | 54-3р-2020 | 44-89 |
| 2 | Рис отварной | 200 | 4,80 | 7,20 | 48,60 | 278,30 | 54-6г-2020 | 16-87 |
| 3 | Бутерброд с сыром | 50 | 7,60 | 4,30 | 23,70 | 168,00 | 54-1з-2020 | 18-45 |
| 4 | Вафли "Ух-ты" (поштучно) | 60 | 6,50 | 32,00 | 56,00 | 530,00 | - | 34-00 |
| 4 | Чай с лимоном | 200 | 0,25 | 0,05 | 6,61 | 27,90 | 54-3гн-2020 | 2-10 |
| | Итого завтрак | 610,00 | 38,25 | 47,86 | 148,33 | 1244,00 | | 116-31 |
| | ОБЕД 7-15 лет | | | | | | | |
| 1 | Салат из белокочанной капусты | 100 | 2,5 | 10,1 | 10,4 | 143 | 54-7з-2020 | 11-80 |
| 2 | Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей | 25/250 | 13,98 | 3,3 | 19,54 | 163,9 | 54-24с-2020 | 28-09 |
| 3 | Котлета рыбная | 100 | 14,60 | 2,65 | 8,57 | 114,30 | 54-25м-2020 | 38-25 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 11,00 | 9,30 | 47,90 | 318,50 | 54-4г-2020 | 15-19 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,47 | - | 19,78 | 81,0 | 54-1хн-2020 | 4-08 |
| 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 | 46,43 | 26,33 | 133,67 | 955,35 | | 101-63 |
| | ПОЛДНИК 7-15 лет | | | | | | | |
| 1 | Конфеты шоколадные (поштучно) | 30,00 | 13,51 | 45,84 | 21,39 | 492,7 | | 18-00 |
| 2 | Сок фруктовый (поштучно) | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,00 | 45,00 | | 16-00 |
| 3 | Груша (поштучно) | 250,00 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | | 48-75 |
| 4 | Вода питьевая | 238 | 0 | 0 | 0 | 0 | | 3-37 |
| | Итого полдник | 718,00 | 14,91 | 46,14 | 51,69 | 584,70 | | 86-12 |
| | Итого за день | 2238,00 | 99,59 | 120,33 | 333,69 | 2784,05 | | 304-06 |

Повар



Н.И. Лёвочкина