



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ № 3



А. А. Андреев

Дата: 03.10.2022г
Меню горячего питания
1 - 4 классов

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Икра кабачковая промышленного производства	60	1,14	5,34	4,6	71,02	14,26
2	Омлет натуральный	150	9,3	8,93	7,66	148,21	25,51
3	Кофейный напиток на молоке	180	3,5	4	22,5	140	11,11
4	Хлеб пшеничный	25	2,03	0,25	13,2	63,17	1,28
5	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,1	95	3,25
6	Фрукты свежие (груши)	100	0,5	0	11,4	47,6	10
	Итого:	565	19,77	19,12	78,46	565,00	65,41
ОБЕД							
1	Рассольник ленинградский	200	2,6	3,5	19	53,10	8,7
2	Биточек из мяса говядины	90	11,25	12,25	15,46	188,1	37,18
3	Рагу из овощей	150	3	7,8	17,3	139,4	15,95
4	Сыр порционный	15	3,45	4,35	0	52,95	
5	Овощи свежие (огурцы)	60	0,42	0	1,9	9,00	5,23
6	Хлеб пшеничный	60	4,86	0,6	31,68	145,2	3,06
7	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,55	41,3	1,63
8	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	1,3
9	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,5	0	11,4	48	6,5
	Итого:	900	27,8	28,82	121,29	737,51	91,55

