

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ № 3»
Е.Н. Сергеева

1-4 классы

МЕНЮ

На «13» марта 2024

Наименование блюд	Выход, гр	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ккал
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	9,05	6,09	3,80	110
Пюре картофельное	150/3	3,09	6,98	20,48	110
Капуста тушеная (доп. гарнир)	50	1,03	1,62	4,71	37,5
Компот из свежих яблок (75С)	200	0,16	0,16	17,90	70
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,2
Итого:	538	15,99	15,13	64,11	400

Зав. Производством

Давлетшина А.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ № 3»
Е.Н. Сергеева

5-11 классы

МЕНЮ

На «13» марта 2024

Наименование блюд	Выход, гр	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ккал
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	9,75	4,95	3,80	110
Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	110
Капуста тушеная (доп. гарнир)	50	1,03	1,62	4,71	37,5
Компот из свежих яблок (75С)	200	0,16	0,16	17,90	70
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	50
Итого:	590	18,88	18,04	77,58	500

Зав. Производством

Давлетшина А.Н.