

«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»
 Валиева З.К.

«29» 01 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо							
2 блюдо	ТТК	Сосиски отварные	90	235,80	9,92	21,46	0,32
Гарнир	182	Каша пшеничная мал. с/м.	180/3	216,90	4,09	5,08	37,28
Сладкое	376	чай «Витаминный» с шиповн.	185/10/5	54,20	0,24	0,09	12,43
Хлеб пшеничный							
Хлеб ржаной	Дем 2012	Хлеб ржаной	30	59,40	1,98	0,36	11,88
	Дем 2012	Телемье	20	63,60	1,46	2,50	8,80
	375	чай с сахаром с медом	180/10/10	44,20	0,11	0,06	10,99

«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»
 Валиева З.К.

«30» 01 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо	Ак. проф.	Соленка домашнему со/м.	250/10	184,83	8,29	10,65	7,55
2 блюдо							
Гарнир							
Сладкое	376	чай с сахаром	190/10	40,0	0,07	0,02	10,01
Хлеб пшеничный	Дем 2012	Хлеб пшеничный	20	47,0	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	Дем 2012	Хлеб ржаной	30	59,40	1,98	0,36	11,88
	Дем 2012	Телемье	20	63,60	1,46	2,50	8,80
	ТТК	чай «Витаминный» с шиповником	185/10/5	54,20	0,24	0,09	12,44