

«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»
 Валиева З.К.
 « 31 » 01 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо							
2 блюдо	229	Чайба туш. в том. с овощами	50/50	105,0	9,05	6,09	3,80
Гарнир	312	Картофельное пюре	150	157,05	3,09	6,98	20,48
Сладкое	342	Компот из св. яблок	200	44,60	0,16	0,16	17,90
Хлеб пшеничный							
Хлеб ржаной	Дем 2012	Хлеб ржаной	30	59,40	1,98	0,36	11,88
	Дем 2012	Вафли	20	73,38	4,92	6,96	3,26
	375	Чай с сахаром	200	40,0	0,07	0,02	19,01

«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»
 Валиева З.К.
 « 1 » 02 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо	ТТК	Федтеш кур. с гречн. фр. в слив. том. соус.	60/40	118,01	3,17	5,19	9,85
2 блюдо							
Гарнир	203	Макаронные отб. с/ш.	150/2	169,50	5,68	2,12	31,95
Сладкое	376	Чай, Витаминный "о шипов."	185/10/5	54,30	0,24	0,09	12,43
Хлеб пшеничный							
Хлеб ржаной	Дем 2012	Хлеб ржаной	30	59,40	1,98	0,36	11,88
	ТТК	Булочка "Дамашня"	50	159,0	3,64	6,26	21,96
	349	Компот из с/яб	200	132,0	0,66	0,09	32,01