

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРЯМЫНОГО ДЯТЕЛНИЦА !!!

Четверг 12.01.2023г.



| Наименование блюд | Выход | | Энергетическая ценность (ккал) | |
|---------------------------------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|
| | 7-11 лет | 12 лет и ст. | 7-11 лет | 12 лет и ст. |
| Завтрак (кадеты) | | | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | | 50 | | 155 |
| Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | | 220/5 | | 306 |
| Какао с молоком | | 200 | | 96 |
| Хлеб ржаной | | 20 | | 47 |
| Обед (кадеты) | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | | 100 | | 54,6 |
| Суп лапша домашняя | | 250 | | 130,7 |
| Рыба, тушеная в томате с овощами | | 50/50 | | 105 |
| Пюре картофельное с маслом сливочным | | 180/3 | | 184 |
| Компот из сухофруктов | | 200 | | 104,6 |
| Хлеб ржаной | | 20 | | 47 |
| Хлеб пшеничный | | 20 | | 39,6 |
| Полдник (кадеты) | | | | |
| Пряники | | 40 | | 120 |
| Кисломолочный напиток | | 200 | | 42 |
| Итого | | 106.80 | | 1493 |
| Горячий завтрак | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 60 | 100 | 54,6 | 74,6 |
| Рыба, тушеная в томате с овощами | 50/50 | 50/50 | 105 | 105 |
| Пюре картофельное с маслом сливочным | 150/5 | 180/3 | 170,25 | 184 |
| Компот из сухофруктов | | 200 | | 104,6 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 20 | 71,0 | 47 |
| Хлеб ржаной | 20 | 20 | 39,6 | 39,6 |
| Итого | 64.19 | 58.00 | 473,51 | 570,8 |
| Дополнительное меню ГПД | | | | |
| Суп лапша домашняя | 250 | | 130,7 | |
| Напиток из шиповника | 200 | | 101 | |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20/20 | | 86,6 | |
| Итого | 40.00 | | 371,5 | |

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева