

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



**ПРЯМЫНОГО ДЯТЕЛЕПИЦА !!!**

**Четверг 12.01.2023г.**



Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
	7-11 лет	12 лет и ст.	7-11 лет	12 лет и ст.
<b>Завтрак (кадеты)</b>				
Бутерброд с маслом сливочным		50		155
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным		220/5		306
Какао с молоком		200		96
Хлеб ржаной		20		47
<b>Обед (кадеты)</b>				
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
<b>Полдник (кадеты)</b>				
Пряники		40		120
Кисломолочный напиток		200		42
<b>Итого</b>		<b>106.80</b>		<b>1493</b>
<b>Горячий завтрак</b>				
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
<b>Итого</b>	<b>64.19</b>	<b>58.00</b>	<b>473,51</b>	<b>570,8</b>
<b>Дополнительное меню ГПД</b>				
Суп лапша домашняя	250		130,7	
Напиток из шиповника	200		101	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
<b>Итого</b>	<b>40.00</b>		<b>371,5</b>	

Заведующая столовой \_\_\_\_\_ Е.Н. Шипаева