

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !!!

ВТОРНИК 13.12.2022г.



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		40		155
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		220/5		306
Чай с сахаром, с лимоном		185/10/5		45
Хлеб пшеничный		40		80
Хлеб ржаной		45		89
Обед (кадеты)				
Сыр порционно		10		34,33
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной		250/7		130,7
Котлеты из мяса кур		100		185,56
Каша гречневая рассыпчатая маслом сливочным		180/3		184,5
Кисель		200		101
Хлеб ржаной		20		59
Хлеб пшеничный		20		47
Полдник (кадеты)				
Булочка		40		120
Кисломолочный напиток		180		42
Итого		90.55		1493
Горячий завтрак				
Сыр порционно	10	10	34,33	34,33
Котлеты из мяса кур	90	100	179,8	233,11
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	180/3	207	276,56
Чай с сахаром, с лимоном		185/10/5		42
Хлеб пшеничный	25	20	58	47
Хлеб ржаной	20	40	89	79,2
Итого	55.55		610,98	712,2
Дополнительное меню ГПД				
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/7		130,7	
Кисель	200		101	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
Итого	35.00		371,5	

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева