

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !!!

Среда 14.12.2022г.



Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
	7-11 лет	12 лет и ст.	7-11 лет	12 лет и ст.
Завтрак (кадеты)				
Каша манная молочная с маслом сливочным		220/5		306
Чай с сахаром		185/10/5		45
Хлеб пшеничный		40		80
Яйцо отварное		40		89
Обед (кадеты)				
Суп картофельный с горохом		250		130,7
Куриные бедра запеченные в томатном соусе		90/20		185,56
Рис отварной с маслом сливочным		180/5		184,5
Компот из сухофруктов		200		101
Хлеб ржаной		20		59
Хлеб пшеничный		20		47
Полдник (кадеты)				
Вафли		40		120
Сок		125		42
Итого		90.55		1493
Горячий завтрак				
Куриные бедра запеченные с томатным соусом	90/20	90/20	195	195
Рис отварной с маслом сливочным	150/5	180/5	212	262
Чай с сахаром	190/10		40	
Хлеб пшеничный	30	40	71	94
Хлеб ржаной	20	40	39	79
Итого	55.55		600,9	671
Дополнительное меню ГПД				
Суп картофельный с горохом		250		130,7
Компот из сухофруктов		200		101
Хлеб ржаной/пшеничный		20/20		86,6
Итого		35.00		371,5

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева