

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



**ПРЕМУЩЕНОГО АППЕТИТА !!!**

**Понедельник 16.01.2023г.**

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		40		155
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		230/5		176
Чай с сахаром, с яблоком		180/10/10		46
Хлеб пшеничный		75		125
<b>Обед (кадеты)</b>				
Рассольник Ленинградский со сметаной		250/10		130,7
Птица запеченная		100		210,4
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		200/3		244
Напиток из цитрусов		200		101
Хлеб пшеничный		30		70
Хлеб ржаной		30		59
<b>Полдник (кадеты)</b>				
Вафли		40		49
Кисломолочный напиток		200		93
<b>Итого</b>		<b>106.80</b>		<b>1493</b>
<b>Горячий завтрак</b>				
Мандарины свежие	100		47,0	
Птица запеченная	90	100	202	210,4
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	200/3	186,10	244
Чай с сахаром, с яблоком		180/10/10		45
Хлеб пшеничный	35	30	82	71
Хлеб ржаной	20	40	40	79,2
<b>Итого</b>	<b>64.19</b>	<b>58.00</b>	<b>602,0</b>	<b>649,55</b>
<b>Дополнительное меню ГПД</b>				
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		130,7	
Напиток из цитрусов	200		145,08	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
<b>Итого</b>	<b>40.00</b>		<b>371,5</b>	

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