

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРИБАВНОГО АППЕТИТА !!!

Пятница 16.12.2022г.

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 рисовая молочная с маслом сливочным		220/5		306
Чай с мармеладом		185/15		96
Хлеб ржаной		30		47
Обед (кадеты)				
Салат из моркови с сахаром		100		56
Суп картофельный с вермишелью		250		130,7
Котлеты говяжьи		100		105
Пюре гороховое с маслом сливочным		180/5		184
Напиток из сухофруктов		200		104,6
Хлеб ржаной		20		47
Хлеб пшеничный		20		39,6
Полдник (кадеты)				
Вафли		40		120
Кисломолочный напиток		180		42
Итого		90.55		1493
Горячий завтрак				
Салат из моркови с сахаром	60	100	49,2	56
Котлеты говяжьи	90	100	183,4	206
Гороховое пюре с маслом сливочным	150/5	180/5	189,3	220,56
Чай с мармеладом		185/15		48,15
Хлеб пшеничный	30	20	71	47
Хлеб ржаной	20	30	39,6	59,4
Итого	55.55		599,17	671,85
Дополнительное меню ГПД				
Суп картофельный с вермишелью	250		130,7	
Напиток из сухофруктов	200		45	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
Итого	35.00		371,5	

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева