

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !!!**

**Пятница 20.01.2023г.**

Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
	7-11 лет	12 лет и ст.	7-11 лет	12 лет и ст.
<b>Завтрак (кадеты)</b>				
Каша рисовая молочная с маслом сливочным		220/5		315,3
Чай с сахаром		190/10		40
Хлеб пшеничный		40		94
Бутерброд с маслом сливочным		50		155
<b>Обед (кадеты)</b>				
Суп лапша домашняя на курином бульоне с мясом курицы		250/10		120,9
Салат из свежей капусты с морковью		100		60,4
Плов из говядины с рисом		50/200		509,83
Чай с сахаром, с яблоками		180/10/10		45
Хлеб пшеничный		25		59
Хлеб ржаной		20		49,5
<b>Полдник (кадеты)</b>				
Печенье		40		160
Сок		125		143
<b>Итого</b>		<b>106.80</b>		<b>1329,12</b>
<b>Горячий завтрак</b>				
Салат из свежей капусты с морковью	60	100	36,24	60,4
Плов из говядины с рисом	55/150	55/200	415,89	509.83
Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10		45	
Хлеб пшеничный	25	20	59	47
Хлеб ржаной	20	25	40	49,5
<b>Итого</b>	<b>64.19</b>	<b>58.00</b>	<b>595,53</b>	<b>711,78</b>
<b>Дополнительное меню ГПД</b>				
Суп лапша домашняя на курином бульоне с мясом курицы	250/10		120,9	
Напиток из сухофруктов	200		40	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
<b>Итого</b>	<b>40.00</b>		<b>256</b>	

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