

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРЯМЫНОГО ДЯТЕЛЕВИЧА !!!

Вторник 20.12.2022г.



Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
	7-11 лет	12 лет и ст.	7-11 лет	12 лет и ст.
Завтрак (кадеты)				
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным		50		155
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		220/3		315,3
Яйцо отварное		1 шт (40)		63
Чай с сахаром		190/10		40
Хлеб пшеничный		40		94
Обед (кадеты)				
Щи из свежей капусты на курином бульоне с картофелем, с мясом птицы со сметаной		250/10/10		120,9
Котлета домашняя		100		6,6
Пюре картофельное с маслом сливочным		180/5		197
Чай с мармеладом		185/15		48
Хлеб пшеничный		30		71
Хлеб ржаной		20		40
Полдник (кадеты)				
Булочка		40		160
Сок		125		40
Итого		90,55		1625,6
Горячий завтрак				
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	50	50	155	155
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	180/5	186,1	207
Котлета домашняя	90	100	202	210,4
Чай с мармеладом	185/15		48	
Хлеб пшеничный	30	30	71	71
Хлеб ржаной	20	20	40	40
Итого	55,55		629	637,4
Дополнительное меню ГПД				
Щи из свежей капусты на курином бульоне с картофелем, с мясом птицы со сметаной	250/10/10		120,9	
Компот из яблок	200		48	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
Итого	35,00		256	

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева