

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !!!

Четверг 26.01.2023г.



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		81,7
Суп картофельный с вермишелью		250		130,7
Котлеты говяжьи в томатном соусе		75/30		214,35
Пюре гороховое с маслом сливочным		180/5		229,6
Напиток из сухофруктов		200		104,6
Хлеб ржаной		20		47
Хлеб пшеничный		20		39,6
Полдник (кадеты)				
Вафли		40		120
Кисломолочный напиток		200		42
Итого		106.80		1493
Горячий завтрак				
Салат из моркови с сахаром	60	100	49,2	81,7
Котлеты говяжьи	90		183,4	
Котлеты говяжьи в томатном соусе		75/30		214,35
Гороховое пюре с маслом сливочным	150/5	180/5	208,5	229,6
Чай с мармеладом		185/15		48,15
Хлеб пшеничный	20	30	47	47
Хлеб ржаной	20	30	40	59,4
Итого	64.19	58.00	575,67	703,7
Дополнительное меню ГПД				
Суп картофельный с вермишелью	250		130,7	
Напиток из сухофруктов	200		45	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
Итого	40.00		371,5	

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева