

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !!!

Понедельник 5.12.2022г.



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 геркулесовая молочная с маслом сливочным		230/5		176
Чай с сахаром, с яблоком		180/10/10		46
Хлеб пшеничный		75		125
Обед (кадеты)				
Рассольник Ленинградский со сметаной		250/10		130,7
Птица запеченная		100		185,56
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		180/3		184,5
Напиток из цитрусов		200		101
Хлеб пшеничный		30		70
Хлеб ржаной		30		59
Полдник (кадеты)				
Вафли		40		49
Кисломолочный напиток		180		93
Итого		90.55		1493
Горячий завтрак				
Апельсины свежие	100		47,0	
Птица запеченная	90	100	202	210,4
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	180/3	186,10	207
Чай с сахаром, с яблоком		180/10/10		45
Хлеб пшеничный	20	40	47	47
Хлеб ржаной	20	30	40	59
Итого	55.55		566,75	568,89
Дополнительное меню ГПД				
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		130,7	
Напиток из цитрусов	200		145,08	
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		86,6	
Итого	35.00		371,5	

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева