



«Согласовано»

Директор МБОУ ГСШ №3

О.В. Зимарина

Зимарина

МЕНЮ

на 01.10.2021г.

ЗАВТРАК и ОБЕД для обеспечения горячим питанием обучающихся МБОУ ГСШ №3 возрастной группы 7-11 лет за счет родительских средств	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич. Ценность	№ по сборнику рецептов	Цена рублей
ВАРИАНТ-5							
Завтрак							
Овощи свежие, отварные, соленные	60	1,40	0,20	6,6	30,0		
Котлета рубленая из птицы	80	12,96	16,64	12,08	250,32	294/2011	
Пюре из бобовых	150	14,16	7,08	39,24	255	199/2011	
Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,0	15,0	61,60	377/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,20	19,50	91,90		
Итого		31,72	24,12	92,42	688,82		72-09
Обед							
Овощи свежие, отварные, соленные	60	1,40	0,20	6,60	30,0		
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,50	4,0	7,40	72,20	88/2011	
Плов из птицы	150	15,30	19,0	27,40	340,50	492	
Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	27,50	112,70	342/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,20	19,50	91,90		
Хлеб пеклеванный	30	1,90	0,30	12,30	59,40		
Итого		23,30	23,90	100,70	706,70		72-09
Всего		55,02	48,02	193,12	1395,52		
ЗАВТРАК и ОБЕД для обеспечения горячим питанием обучающихся МБОУ ГСШ №3 возрастной группы 12-18 лет за счет родительских средств							
Завтрак							
Овощи свежие, отварные, соленные	100	2,40	0,40	11,0	50,0		
Котлета рубленая из птицы	100	16,20	20,80	15,10	312,90	294/2011	
Пюре из бобовых	180	17,0	8,50	47,10	306,0	199/2011	
Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,0	15,0	61,60	377/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,20	19,50	91,90		
Итого		38,80	29,90	107,70	822,40		72-09
Обед							
Овощи свежие, отварные, соленные	100	2,40	0,40	11,0	50,0		
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,90	5,10	9,30	90,50	88/2011	
Плов из птицы	200	20,40	25,30	36,50	454,90	492	
Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	27,50	112,70	342/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,20	19,50	91,90		
Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого		29,80	31,50	116,10	859,40		72-09
Всего		68,60	61,40	223,80	1681,80		

Директор: *Зимарина*

Зав. производством: *Славя*

Экономист по ценам: *Славя*