



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №3
 О.С.Вайцева

МЕНЮ на 02 апреля 2021 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 5-11 классов					
Голень кур.запеченная	75	18,52	18,22	0,87	240
Рис отварной с маслом	100/5	2,05	8,2	25,7	189
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб рж.	20	6,6	1,1	4,1	202
Обед в группе продленного дня					
Суп рыбный с крупой	250	6,05	3,55	12,19	119,00
Биточки куриные	50	8,15	2,81	1,8	154
Картофельное пюре	130	3,06	4,8	20,44	137,25
чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15,0	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263
Полдник в группе продленного дня					
Булочка «Российская»	50	1,82	3,13	13,48	89,00
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60
Обед для льготных категорий (освобожденные)					
Суп рыбный с крупой	250	6,05	3,55	12,19	119,00
Биточки куриные	50	8,15	2,81	1,8	154
Картофельное пюре	130	3,06	4,8	20,44	137,25
чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15,0	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263
Полдник для льготных категорий (освобожденные)					
Булочка «Российская»	50	1,82	3,13	13,48	89,00
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60

