

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №3



МЕНЮ на 14 апреля 2021 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 5-11 классов					
Котлета куриная	75	9,2	4,9	1,3	86,1
Картофельное пюре	130	3,06	4,8	20,44	137,25
Сок фруктовый	200	-	-	26	92
Хлеб рж.	20	6,6	1,1	4,1	202
Обед в группе продленного дня					
Суп картофельный с мак.изделиями	250	3,57	3,39	18,84	120,15
Голубцы ленивые с маслом	110	16,20	13,28	11,03	296,0
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 домашняя	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 картофельный с мак.изделиями	250	3,57	3,№9	18,84	120,15
Голубцы ленивые с маслом	110	16,20	13,28	11,03	296,0
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 домашняя	50	1,82	3,13	13,48	89,00
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60