Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №3
О.С.Зайцева

МЕНЮ на 01 декабря 2021 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 5-11 классов					
Омлет натуральный	80	8	9	1,35	111
Бутерброд с сыром	20/20	7	4	20	180
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	9,98	40
Хлеб рж.	20	1,12	0,22	0,22	45,98
Обед в группе продленного дня					
Суп картофельный с клецками	250	2,98	2,83	15,70	100,13
Зразы с яйцом	60	9	5	8	110
Рагу овощное	100	3	5	17	119
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	9,98	40
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					
Сдоба обыкновенная	50	2	2	13	71
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60