

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №3
 О.С. Зайцева



МЕНЮ на 02 декабря 2021 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 5-11 классов					
Тефтели куриные	75	18,5	18,50	0,87	180,46
Рис отварной с маслом	75/5	2	5	31	105,05
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					
Борщ	250	1,83	4,96	11,75	98,40
Плов	150				
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					
Булочка домашняя	50	2	2	13	71
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60