

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №3

О.С.Зайцева

МЕНЮ на 10 ноября 2022 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 5-11 классов					
Биточки куриные	60	6,06	13,15	0,21	144,1
Макаронные изделия с маслом	75/5	4,5	3,2	27,3	147,3
Хлеб рж.	20	6,6	1,1	41	206
чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Обед в группе продленного дня					
Суп картофельный с крупой	250	6,48	20,25	52,25	206
Кнели куриные	50	18,52	18,50	0,81	130,5
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	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	6,68	3,52	19,3	180
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60