

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №3  
 О.С. Зайцева



**МЕНЮ на 18 ноября 2022 года**

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
<b>Завтрак 5-11 классов</b>					
Шницель мясной	60	9,2	4,9	1,3	324
Макароны отварные с маслом	75/5	2,65	4,16	2,3	157,3
Хлеб рж.	20	6,6	1,1	41	206
чай с сахаром	200	0,07	0	15	60
<b>Обед в группе продленного дня</b>					
Суп картофельный с крупой	250	6,48	20,50	52,25	108
Кнели куриные	50	18,52	20,72	4,2	202
Рагу овощное	100,5	11,5	8,34	30,44	157,3
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
<b>Полдник в группе продленного дня</b>					
Булочка осенняя	50	6,68	3,52	19,3	180
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60