

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №3

О.С. Зайцева

МЕНЮ на 12 декабря 2022 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 5-11 классов					
Биточки куриные	60	18,52	21	1,3	202
Макаронные изделия отварные с маслом	75/5	4,5	3,2	27,3	147
Хлеб рж.	20	2,4	1,1	41	202
чай с сахаром	200	0,07	0	15	60
Обед в группе продленного дня					
Щи из св.капусты	250	6,48	20,50	52,25	405
Шницель куриный	50	18,52	18,50	4,2	202
Картофельное пюре	100	11,5	8,34	30,44	227
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					
Плюшка	50	6,68	3,52	19,3	180
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60