

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №3
 О.С. Зайцева



МЕНЮ на 223 декабря 2022 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Дополнительный завтрак 1-4 классы					
ЯБЛОКО	200				
Завтрак 5-11 классов					
Тефтели куриные с соусом	60/30	6,06	13,15	0,21	240
Рис отварной с маслом	75/5	4,5	3,2	27,3	147,1
Хлеб рж.	20	2,4	1,1	41	202
чай с сахаром	200/10	0,07	0	15	60
Обед в группе продленного дня					
Суп гороховый	250	2	5	14,3	202
Шницель куриный	50	9	5	8,2	202
Гречневая каша с маслом	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					
Булочка	50	6,68	3,52	19,3	180
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60