УТВЕРЖДАЮ
Начальник ЛОП
МАОУ СОШ №3 С.Ю.Орлова

Меню

"14" января 2025г.

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Печень по - строгановски	100	10,51	10,29	6,77	168,63	494	35,57
	Капуста тушеная (гарнир)	150	3,78	4,54	13,23	108,98	336	30,75
	Напиток кофейный	200	3,84	2,72	17,14	108,34	361	14,66
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**516**	**21,42**	**18,23**	**71,05**	**542,99**		**86,7**
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	2,08	6,14	11,46	109,84	57	12,87
	Бефстроганов из говядины	100	12,71	11,43	7,06	179,03	7/8	131,53
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,26	4,90	39,29	222,33	205	25,92
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	12,46
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	Компот из свежих плодов	180	0,18	0,18	18,77	78,64	348	7,54
	Банан	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	21,99
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	62,4
ИТОГО ЗА ОБЕД		**981**	**29,8**	**28,41**	**133,7**	**914,03**		**280,43**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1497**	**51,22**	**46,64**	**204,75**	**1457,02**		**367,13**

Повар

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ИНН 2373011150 №3 "Кубанская степь" Усть-Лабинский район ОГРН 1152373005103 КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ РОССИЯ ДИНСКОЙ РАЙОН

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ЛДП
МАОУ СОШ № 3
С. Ю. Орлова

Меню

"17" марта 2025г.

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Печень по - строгановски	110	11,56	11,32	7,45	185,49	494	35,57
	Капуста тушеная (гарнир)	180	4,54	5,45	15,88	130,77	336	36,89
	Напиток кофейный	200	3,84	2,72	17,14	108,34	361	14,66
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**578**	**24,27**	**20,37**	**85,54**	**632,86**		**97,79**
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	2,60	7,67	14,33	137,3	57	16,88
	Бефстроганов из говядины	100	12,71	11,43	7,06	179,03	7/8	131,53
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,32	5,89	47,14	266,8	205	31,1
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2	18,85
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	20,86	87,38	348	8,37
	Банан	145	0,58	0,58	14,21	68,15		21,99
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	62,4
ИТОГО ЗА ОБЕД		**1143**	**32,46**	**31,24**	**157,58**	**1046,55**		**301,79**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1721**	**56,73**	**51,61**	**243,12**	**1679,41**		**399,58**

Повар

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ИНН 2373011150 №3 "Кубанская степь" Усть-Лабинский район Краснодарский край Россия