

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №3»
 В.Е.Олейникова



МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2021г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Картофельное пюре	1/100	145,74	109	
Сосиски отварные	1/60	143,62	536	
Соус красный основной	1/30	17,63	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Компот из сухофруктов	1/200	114,04	1081	
Итого				Цена 70.00 рублей
Печенье «Сахарное»	1/20	180,60	б/н	
Итого				Цена 70.00 рублей
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)				
Обед				
Суп гороховый с курицей	1/140	104,59	206	
Рис рассыпчатый отварной	1/80	97,16	109	
Сосиска отварная	1/60	143,62	536	
Соус красный основной	1/30	17,63	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с лимоном	1/200	79,26	391	
Итого				Цена 70.00 рублей

Повар Терещенко Е.А.

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №3»
 В.Е.Олейникова



МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2021г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Картофельное пюре	1/80	116,59	109	
Сосиска отварная	1/60	143,62	536	
Соус красный основной	1/30	17,63	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с сахаром	1/200	83,04	393	
Итого				Цена 50.00 рублей
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)				
Обед				
Суп гороховый с курицей	1/100	65,07	76	
Рис рассыпчатый отварной	1/50	68,01	109	
Сосиска отварная	1/60	143,62	536	
Соус красный основной	1/20	11,75	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с сахаром	1/200	79,26	391	
Итого				Цена 50.00 рублей

Повар Чавкина Н.В.