

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Светлана Павлова

В.Е. Олейникова

МЕНЮ

на « 29 » Сентября 2021г.



Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рассыпчатая гречневая	1/150	228,59	200
Голень запеченная	1/85	151,09	179
Соус красный основной	1/30	17,63	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114,04	1081
Итого		Цена 70.00 рублей	
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп-лапша с курицей	1/100	58,29	140
Каша рассыпчатая гречневая	1/70	106,4	200
Голень запеченная	1/80	151,09	179
Соус красный основной	1/30	17,63	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
Итого		Цена 70.00 рублей	

Повар Терещенко Е.А.

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Светлана Павлова

В.Е. Олейникова

МЕНЮ

на « 29 » Сентября 2021г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рассыпчатая гречневая	1/80	122,07	200
Куриная плечевая часть	1/50	111,09	169
Соус красный основной	1/20	11,75	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
Итого		Цена 50.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп-лапша с курицей	1/100	58,29	140
Каша рассыпчатая гречневая	1/70	106,4	297
Куриная плечевая часть	1/35	111,09	169
Соус красный основной	1/20	11,75	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
Итого		Цена 50.00 рублей	

Повар Чавкина Н.В.