

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е.Олейникова



**МЕНЮ**

на « 16 » Марта 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Рис рассыпчатый отварной	1/100	124,50	378	
Котлета мясная	1/50	126,84	282	
Соус красный основной	1/30	17,63	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с лимоном	1/200	114,04	1081	
<b>Итого</b>				Цена 70.00 рублей
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)				
<b>Обед</b>				
Суп-лапша с курицей	1/110	98,12	140	
Рис рассыпчатый отварной	1/80	124,50	378	
Котлета мясная	1/40	126,84	282	
Соус красный основной	1/20	17,63	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с сахаром	1/200	79,26	391	
<b>Итого</b>				Цена 70.00 рублей

Повар Терещенко Е.А.

Калькулятор

на « 16 » Марта 2022г.

**МЕНЮ**

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е.Олейникова



Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Рис рассыпчатый отварной	1/100	124,50	378	
Тефтели мясная с рисом	1/50	118,72	286	
Соус красный основной	1/30	16,59	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с сахаром	1/200	114,04	1081	
<b>Итого</b>				Цена 70.00 рублей
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)				
<b>Обед</b>				
Суп-лапша с курицей	1/100	75,48	140	
Рис рассыпчатый отварной	1/60	74,70	378	
Тефтели мясная с рисом	1/40	98,33	286	
Соус красный основной	1/20	17,63	228	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с сахаром	1/200	79,26	391	
<b>Итого</b>				Цена 70.00 рублей

Повар Чавкина Н.В.

Калькулятор