

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е.Олейникова

МЕНЮ

на « 19 » Апреля 2022г.



Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/80	145,74	109
Сосиски отварные	1/60	288	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
Яблоко	1/135	48	6
Итого		Цена 85.00 рублей	

Бесплатное питание детей 5-11 классы (2 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/150	95,07	76
Макароны отварные	1/80	68,01	109
Сосиска отварная	1/60	143,62	536
Соус красный основной	1/30	11,75	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н
Компот из сухофруктов	1/200	79,26	391
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е.Олейникова

МЕНЮ

на « 19 » Апреля 2022г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные с маслом	1/60	116,59	109
Сосиска отварная	1/60	143,62	536
Соус красный основной	1/15	17,63	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н
Компот из сухофруктов	1/200	114,04	1081
Салат из свежей капусты с горошком	1/30	48	56
Молоко 3,2% индивиду.упаковка	1/200	120	б/н
Итого		Цена 85.00 рублей	

Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/130	65,07	76
Макароны отварные с маслом	1/50	68,01	109
Сосиска отварная	1/60	143,62	536
Соус красный основной	1/30	11,75	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
Молоко 3,2% индивиду.упаковка	1/200	120	б/н
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор