



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

МЕНЮ

на « 18 » Мая 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая отварная	1/80	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
Печенье «Сахарное»	1/20	138	б/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп рисовый с курицей	1/110	98,12	140
Каша гречневая отварная	1/60	124,50	378
Котлета мясная	1/50	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
Итого	Цена 85.00 рублей		

Повар



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

МЕНЮ

на « 18 » Мая 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая отварная	1/80	124,50	378
Тефтеля 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 лимоном	1/200	114,04	1081
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп рисовый с курицей	1/110	75,48	140
Каша гречневая отварная	1/50	74,70	378
Тефтеля мясная с рисом	1/40	98,33	286
Соус красный основной	1/30	17,63	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 85.00 рублей		

Повар