

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е. Олейникова



МЕНЮ

на « 29 » Июня 2022г

Бесплатное питание школьников 6-5-10 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	Б	Ж	У
Завтрак					
Каша гречневая с тушенкой	1/150	225,0	5	5	30
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	2	1	12
Чай с сахаром	1/200	162,8	3	4	18
Обед					
Суп рисовый с курицей	1/200	80,33	5	7	21
Картофельное пюре	1/100	225,0	4	8	25
Тефтеля мясная	1/50	189	8	7	18
Соус красный отварной	1/30	30	1	2	9
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	89	2	1	12
Чай с лимоном	1/200	162,8	2	2	16
Итого			Цена 148.54 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е. Олейникова



МЕНЮ

на « 29 » Июня 2022г

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	Б	Ж	У
Завтрак					
Каша гречневая с тушенкой	1/150	225,0	5	5	30
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	2	1	12
Чай с лимоном	1/200	162,8	3	4	18
Обед					
Суп рисовый с курицей	1/200	80,33	5	7	21
Картофельное пюре	1/100	225,0	4	8	25
Тефтеля мясная	1/50	189	8	7	18
Соус красный отварной	1/30	30	1	2	9
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	89	2	1	12
Компот из сухофруктов	1/200	162,8	2	2	16
Итого			Цена 167.51 рублей		

Повар

Калькулятор