

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



МЕНЮ

на « 16 » Июня 2022г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	Б	Ж	У
Завтрак					
Макаронные отварные с тушенкой	1/120	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 - лапша с курицей	1/150	80,33	5	7	21
Каша гречневая отварная	1/100	225,0	4	8	25
Тефтели 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 сахаром	1/200	162,8	2	2	16
Итого			Цена 167.51 рублей		

Повар

Калькулятор

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



МЕНЮ

на « 16 » Июня 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	Б	Ж	У
Завтрак					
Макаронные отварные с тушенкой	1/100	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 - лапша с курицей	1/150	80,33	5	7	21
Каша гречневая отварная	1/70	225,0	4	8	25
Тефтели 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 сахаром	1/200	162,8	2	2	16
Итого			Цена 148.54 рублей		

Повар

Калькулятор