

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е.Олейникова

МЕНЮ

на « 23 » Июня 2022г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)						
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	Б	Ж	У	
Завтрак						
Суп – лапша с курицей	1/200	120	5	6	22	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	80	3	3	15	
Чай с лимоном	1/200	132	1	2	28	
Обед						
Свекольник с курицей	1/160	101	4	5	19	
Каша гречневая отварная	1/120	179	5	8	22	
Тефтели мясная	1/60	115	6	7	28	
Соус красный основной	1/30	18	1	1	10	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	80	3	3	15	
Чай с лимоном	1/200	126	1	2	26	
Вафля	1/20	120	5	6	22	
Итого			Цена 167.51 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

В.Е.Олейникова

МЕНЮ

на « 23 » Июня 2022г.



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)						
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	Б	Ж	У	
Завтрак						
Суп – лапша с курицей	1/200	120	5	6	22	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	80	3	3	15	
Чай с лимоном	1/200	132	1	2	28	
Обед						
Свекольник с курицей	1/150	101	4	5	19	
Каша гречневая отварная	1/100	179	5	8	22	
Тефтели мясная	1/50	115	6	7	28	
Соус красный основной	1/30	18	1	1	10	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	80	3	3	15	
Чай с сахаром	1/200	126	1	2	26	
Итого			Цена 148.54 рублей			

Повар

Калькулятор