

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №3»
Е.Н. Сергеева

МЕНЮ

1-4 классы

На «16» марта 2024

Наименование блюд	Выход, гр	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,0
Плов из говядины с рисовой крупой	50/150	15,95	19,55	39,75	400
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40,0
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	51
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	30,6
Итого:	545	19,64	20,41	79,78	510

Зав. Производством

Давлетшина А.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №3»
Е.Н. Сергеева

МЕНЮ

5-11 классы

На «16» марта 2024

Наименование блюд	Выход, гр	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Плов из говядины с рисовой крупой	50/200	18,97	23,12	51,79	509,5
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	40,8
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4
Итого:	550	22,94	24,06	93,32	707,7

Зав. Производством

Давлетшина А.Н.