

Утверждаю

Директор школы №3

И. В. Смирнова



ПРЯМОГО ЛЯПЛЕПЦА !!!

Пятница 10.02.2023г.



Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
	7-11 лет	12 лет и ст.	7-11 лет	12 лет и ст.
Завтрак (кадеты)				
Бутерброд с маслом сливочным		40		136
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		200/3		288,43
Чай с мармеладом		185/15		48,15
Хлеб пшеничный		50		117,5
Хлеб ржаной		30		59,4
Обед (кадеты)				
Салат из свежей белокочанной капусты		100		81,7
Щи из свежей капусты на курином бульоне с картофелем, со сметаной		250/10		101,9
Котлеты говяжьи в томатном соусе		75/30		214,35
Гороховое пюре с маслом сливочным		180/5		229,6
Напиток из шиповника		200		68,2
Хлеб ржаной		30		59,4
Хлеб пшеничный		30		71
Полдник (кадеты)				
Печенье		40		22
Кисломолочный напиток		200		88,91
Итого		106.80		1728,14
Горячий завтрак				
Салат из свежей белокочанной капусты	60	100	49,02	81,7
Котлеты говяжьи	90		183,4	
Котлеты говяжьи в томатном соусе		75/30		214,35
Гороховое пюре с маслом сливочным	150/5	180/5	208,5	229
Чай с мармеладом		185/15		48,15
Хлеб пшеничный	20	30	47	71
Хлеб ржаной	20	30	39,6	59,4
Итого	64.19	58.00	575,67	703,7
Дополнительное меню ГПД				
Щи из свежей капусты на курином бульоне с картофелем, со сметаной		250/10		101,9
Напиток из шиповника		200		68,2
Хлеб ржаной/пшеничный		20/20		86,6
Итого		40.00		256,7
Меню на сумму дотации				
Бутерброд с маслом		30/10		136
Чай с сахаром		190/10		40
Итого		8.80		176

Заведующая столовой _____ Е.Н. Шипаева