

Утверждено
 Директор МБОУ СШ № 3 г. Котово
 / Е.А. Кузнецова

Меню на 5 сентября 2024

Вариант 4 Завтрак для детей 7-11 лет

| № рец. | Наименование блюд | Цена руб | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность ккал |
|--------------|---|---------------|------------|---------------------|--------------|--------------|------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 188/2017м | Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным 170/30 | 58 | 200 | 14,70 | 15,40 | 43,77 | 372,48 |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 22 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 5,46 | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 15 | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| | Итого | 100,46 | 530 | 17,54 | 16,12 | 83,06 | 549,62 |

Завтрак для детей 12-18 лет

| № рец. | Наименование блюд | Цена руб | вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность ккал |
|--------------|---|---------------|------------|---------------------|--------------|---------------|------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 188/2017м | Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным 170/30 | 58 | 250 | 19,25 | 54,71 | 465,60 | 19,25 |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 22 | 100 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 0,40 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 5,46 | 30 | 0,3 | 14,49 | 70,14 | 0,3 |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 15 | 200 | 0,02 | 15 | 60 | 0,02 |
| | Итого | 100,46 | 580 | 19,97 | 94,00 | 642,74 | 19,97 |