

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

Меню на 27 сентября 2024

**Вариант 10 Завтрак для детей 7-11 лет**

№ рец.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
67/2017	винегрет овощной	25	60	0,78	2,70	4,62	45,60
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	36	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017М	картофель отварной с маслом	19	150	3,03	5,94	20,98	157,50
701/2010м	хлеб пшеничный	5,46	50	3,95	0,5	24,15	116,90
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
	<b>Итого</b>	<b>100,46</b>	<b>565</b>	<b>20,72</b>	<b>22,13</b>	<b>75,22</b>	<b>591,13</b>

**Завтрак для детей 12-18 лет**

№ рец.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
67/2017	винегрет овощной	25	100	1,30	4,50	7,70	76,00
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	36	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017М	картофель отварной с маслом	19	150	3,03	5,94	20,98	157,50
701/2010м	хлеб пшеничный	5,46	50	3,95	0,5	24,15	116,90
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
	<b>Итого</b>	<b>100,46</b>	<b>605</b>	<b>21,24</b>	<b>23,93</b>	<b>78,30</b>	<b>621,53</b>