

Утверждено

Директор МБОУ СШ № 3 г. Котова

/ Е.А. Кузнецова



Меню на 28 ноября

Вариант 9 Завтрак для детей 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
182/2022м	Каша молочная пшениная жидкая с маслом и сахаром	33	200	8,26	10,97	34,62	270,25
399/2017м	блинчики (оладьи) с повидлом	27	70	5,08	4,78	19,29	140,50
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022н	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60
701/2010м	хлеб пшеничный	14,46	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого	100,46	600	16,180	16,470	93,200	587,89

Завтрак для детей 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
				Б	Ж	У	
182/2022м	Каша молочная пшениная жидкая с маслом и сахаром	33	250	10,38	13,71	43,27	337,99
399/2017м	блинчики (оладьи) с повидлом	27	70	5,08	4,78	19,29	140,50
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022н	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60
701/2010м	хлеб пшеничный	14,46	50	3,95	0,5	24,15	116,90
	Итого	100,46	670	19,880	19,410	111,510	702,39