



Согласовано:  
ИП Ходяков Д.М.  
«    »    2025г.



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 3  
«    »    2025г.

## МЕНЮ

На 09 января 2025  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
Рыба, тушенная в томате с овощами	90/50	50-68	12,74	6,72	6,72	138,60	Могильный М.П.2005 №229
Пюре картофельное	150	23-54	3,12	5,10	18,57	132,60	Могильный М.П.2005 №312
Компот из свежих плодов	200	5-21	0,16	0,00	29,00	133,60	Могильный М.П.2005 №342
Хлеб пшеничный	30	1-95	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.производства
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-30	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
	540	82-68	19,71	12,36	77,39	516,20	
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
Овощи отварные (морковь)	60	4-74	0,43	1,14	1,18	14,58	Здобнова А.И. 2005 № 700
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9-54	2,12	2,22	19,38	106,00	Могильный М.П.2005 №10
Птица, тушенная в соусе сметанном 15% жирности	90/30	51-15	18,90	23,94	5,32	312,20	Могильный М.П.2005 №290/330
Каша рассыпчатая пшеничная	150	9-54	6,58	5,06	41,29	237,00	Могильный М.П.2005 №30
Чай с лимоном	200/15/7	3-75	2,00	0,00	16,00	65,00	Могильный М.П.2005 №37
Хлеб пшеничный	30	1-95	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.производства
Хлеб ржано-пшеничный	20	1-30	1,32	0,24	8,60	40,40	Пром.производства
	802	81-97	33,29	31,76	105,09	831,60	

Технолог:

Ходяков Дмитрий Михайлович

Калькулятор: