

Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Серби́ч А.М.
« 20 » Июня 2025г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 3
В.В. Курсквейн
« 20 » Июня 2025г.

МЕНЮ

На 20 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-20
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	21-20
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52	10-40
	Итого	505	10,69	9,64	57,58	363,6	51-68
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 15% жирности	1/200/5	1,46	3,92	12,16	89,90	15-97
131	Голубцы «Любительские» из мясо говядины	1/90	7,97	7,97	5,84	126,70	38-19
331	Соус сметанный 15% жирности с томатом	1/50	0,90	2,61	3,83	42,50	4-57
202	Макаронные изделия отварные	1/150	5,40	6,30	36,60	225,00	8-48
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-42
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	805	20,22	21,46	104,19	692,90	86-97

Технолог:
Варданян О.Е.

