

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

Тверждаю: 
 Директор АБОУ СОШ № 3
 2025г.

МЕНЮ
 На 15 января 2025
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход 7-11 лет	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Тефтели 2-ой вариант	90	73-69	10,69	15,53	15,91	245,63	Могильный М.П.2005 №279
Соус сметанный 15% жирности	30	3-36	0,54	1,57	2,29	25,50	Могильный М.П.2005 №330
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	8-89	5,40	6,30	36,60	225,00	Могильный М.П.2005 №203
Компот из лимонов	200	8-00	0,08	0,09	27,08	108,6	Могильный М.П.2005 №352
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
	525	97-19	20,40	24,03	104,98	716,13	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	10-96	1,28	3,94	9,20	117,40	Могильный М.П.2005 №88
Котлеты рыбные любительские	90/5	38-29	13,32	16,92	10,44	246,60	Первалов А.Я. 2021 - 308
Каша рассыпчатая пшеничная	150	9-54	6,58	5,06	41,29	237,00	Могильный М.П.2005 №302
Чай с сахаром	200/15	2-02	0,10	0,00	15,00	60,00	Могильный М.П.2005 №376
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
	715	64-06	24,97	26,46	99,03	772,40	

Технолог: 
 Ходаков Дмитрий Михайлович

Калькулятор: 