



СООГЛАСОВАНО  
 Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 3 "Центр образования" городского округа Октябрьск Самарской области

Воронин А.Н.

Шатрова Л. Ю.

Меню ГБОУ СОШ № 3 г.Октябрьск

| Пищевая ценность                         |        |          |         | Наименование блюда                                   | Выход      |
|--|--------|----------|---------|--|------------|
| Белки                                    | Жиры   | Углеводы | ККал    |  |            |
| <b>Обед 5-11 классы</b>                  |        |          |         |  |            |
| 0,69                                     | 6,09   | 6,93     | 140     | <i>Винегрет овощной(огурцы консерв.)</i>             | <b>100</b> |
| 1,41                                     | 4,25   | 6,07     | 72      | <i>Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной</i> | <b>260</b> |
| 8,961                                    | 35,099 | 14,994   | 406,625 | <i>ЕЖИКИ в соусе</i>                                 | <b>100</b> |
| 3,5                                      | 4,1    | 23,5     | 147     | <i>Макаронные изделия отварные</i>                   | <b>180</b> |
| 0,243                                    | 0,046  | 13,761   | 53,71   | <i>Чай с лимоном</i>                                 | <b>187</b> |
| 4,56                                     | 0,36   | 31,38    | 139,8   | <i>Хлеб</i>  | <b>060</b> |
| 19,364                                   | 49,945 | 96,635   | 959,135 | <b>Итого</b>   | <b>887</b> |
| <b>Стоимость комплекса (руб.): 79.00</b> |        |          |         |  |            |

| Пищевая ценность                         |        |          |         | Наименование блюда                | Выход      |
|--|--------|----------|---------|-----------------------------------|------------|
| Белки                                    | Жиры   | Углеводы | ККал    |                                   |            |
| <b>Завтрак 5-11 классы</b>               |        |          |         |                                   |            |
| 0,21                                     |        | 0,54     | 3       | <i>Огурцы порционно</i>           | <b>030</b> |
| 7,221                                    | 13,349 | 13,254   | 201,305 | <i>Котлеты Куриные с соусом</i>   | <b>100</b> |
| 8,46                                     | 14,61  | 41,39    | 333     | <i>Каша гречневая рассыпчатая</i> | <b>180</b> |
| 0,072                                    |        | 30,197   | 114,984 | <i>Компот из свежих яблок</i>     | <b>200</b> |
| 3,8                                      | 0,3    | 26,15    | 116,5   | <i>Хлеб</i>                       | <b>050</b> |
| 19,763                                   | 28,259 | 111,531  | 768,789 | <b>Итого</b>                      | <b>560</b> |
| <b>Стоимость комплекса (руб.): 69.00</b> |        |          |         |                                   |            |

Технолог АО "Комбинат питания" \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор АО "Комбинат питания" \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
 /Подрезова Е.В./  
 \_\_\_\_\_  
 /Норбикова Т.Л./