

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

19 января 2023

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ № 3 г. Октябрьск ОБЗ

М.П.

Меню ГБОУ СОШ № 3 г. Октябрьск ОБЗ



| Типовая дневная норма | | | | Наименование блюда | Выход |
|-----------------------|----------|-------|------|--------------------|-------|
| Жиры | Углеводы | Белки | ККал | | |

| <u>Завтрак</u> | | | | | |
|----------------|-------|--------|------|----------------------------------|-----|
| 0,62 | 0,4 | 1,42 | 8,2 | Горошек зеленый консервированный | 020 |
| 7,83 | 10,17 | 9,45 | 156 | Люля-кебаб с соусом | 090 |
| 3,5 | 4,1 | 23,5 | 147 | Макаронные изделия отварные | 150 |
| 0,9 | | 21,06 | 84,6 | Сок фруктовый | 200 |
| 1,52 | 0,18 | 9,94 | 45,2 | Хлеб пшеничный | 020 |
| 1,102 | 0,2 | 8,416 | 38 | Хлеб ржаной | 020 |
| 15,272 | 15,05 | 71,786 | 481 | | |

| <u>Завтрак</u> | | | | | |
|----------------|--------|--------|--------|----------------------------------|-----|
| 0,93 | 0,6 | 2,13 | 12,3 | Горошек зеленый консервированный | 030 |
| 11,356 | 13,566 | 12,415 | 176,02 | Люля-кебаб с соусом | 100 |
| 3,5 | 4,1 | 23,5 | 147 | Макаронные изделия отварные | 180 |
| 0,9 | | 21,06 | 84,6 | Сок фруктовый | 200 |
| 1,9 | 0,225 | 12,425 | 56,5 | Хлеб пшеничный | 025 |
| 1,378 | 0,25 | 8,02 | 47,5 | Хлеб ржаной | 025 |
| 19,963 | 18,741 | 79,55 | 523,92 | | |

| <u>Обед</u> | | | | | |
|-------------|--------|--------|---------|-------------------------------------------|-----|
| 1,276 | 1,836 | 7,317 | 49,219 | Салат картофельный с огурцами | 060 |
| 1,44 | 4,18 | 7,9 | 163 | Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 210 |
| 10,902 | 10,114 | 13,843 | 163,904 | ЁЖИКИ в соусе | 090 |
| 6,119 | 1,263 | 33,021 | 156,306 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 |
| 0,72 | | 24,273 | 96,705 | Напиток из шиповника | 180 |
| 1,52 | 0,18 | 9,94 | 45,2 | Хлеб пшеничный | 020 |
| 1,102 | 0,2 | 8,416 | 38 | Хлеб ржаной | 020 |
| 22,879 | 17,773 | 102,71 | 714,334 | | |

| <u>Обед</u> | | | | | |
|-------------|--------|---------|---------|-------------------------------------------|-----|
| 1,276 | 1,836 | 7,317 | 49,219 | Салат картофельный с огурцами | 100 |
| 1,44 | 4,18 | 7,9 | 163 | Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 260 |
| 13,301 | 12,414 | 15,784 | 200,764 | ЁЖИКИ в соусе | 100 |
| 6,46 | 14,61 | 41,39 | 333 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 |
| 0,72 | | 24,273 | 96,705 | Напиток из шиповника | 180 |
| 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | Хлеб пшеничный | 030 |
| 1,653 | 0,3 | 9,624 | 57 | Хлеб ржаной | 030 |
| 29,13 | 33,61 | 121,198 | 967,468 | | |

Стоимость комплекса (руб.): 182,74

АО "Комбинат питания"

Главный технолог *Липина* Подрукова Е. В.
 Бухгалтер-калькулятор *И* Берсен Н. Э.