



Согласно утвержденного меню
 АО "Комбинат питания"

20 января 2023

Согласовано
 СОШ № 3 г. Октябрьск ОБЗ



М.П. Дир.
 Дир. *М.П. Дир.*

Меню ГБОУ СОШ № 3 г. Октябрьск ОБЗ

Пищевая ценность		Наименование блюда		Выход
БЖУ	К/Б/С	К/Б/С	К/Б/С	

<u>Завтрак</u>				
0,6	14,7	37	Яблоки	150
11,566	14,344	242	Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	160
0,243	0,046	13,761	Чай с лимоном	187
3,16	0,4	20,76	Батон	040
15,009	15,26	76,051		447,31

<u>Завтрак</u>				
0,6	14,7	37	Яблоки	150
12,76	17,564	37,067	Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	210
0,243	0,046	13,761	Чай с лимоном	187
3,16	0,5	20,95	Батон	050
17,553	18,13	82,274		515,787

<u>Обед</u>				
0,826	3,03	63,964	Салат из белоочичной капусты	060
1,44	4,16	7,9	Рисовый суп ленинградский, сметаной	210
11,648	8,965	2,087	Стейк(Шницель) из курицы с соусом	090
3,34	8,49	33,71	Картофель и овощи тушеные	150
0,876		33,138	Компот из сухофруктов	180
1,102	0,15	9,04	Хлеб пшеничный	020
1,102	0,2	6,416	Хлеб ржаной	020
20,557	25,918	98,17		790,30

<u>Обед</u>				
0,03	3,06	5,04	Салат из белоочичной капусты	100
1,44	4,16	7,9	Рисовый суп ленинградский, сметаной	260
12,865	8,188	5,084	Стейк(Шницель) из курицы с соусом	100
3,34	8,49	33,71	Картофель и овощи тушеные	180
0,876		33,138	Компот из сухофруктов	180
2,28	0,27	14,81	Хлеб пшеничный	030
2,245	0,3	9,654	Хлеб ржаной	030
22,476	24,468	99,077		604,64

Способность комплекса (руб.): 192,74

Лысова Е. В. Подручная Е. В.
 Буламер-инженер *Е.В. Буламер* Борок II. 3.

АО "Комбинат питания"