

СОГЛАСОВАНО

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

Шатрова Л. Ю.

Воронин А. Н.

26 апреля 2023

Меню ГБОУ СОШ № 3 г.Октябрьск

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак 5-11 классы

| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | Наименование блюда | Выход |
|---------------|---------------|---------------|----------------|--|------------|
| 0,84 | | 0,39 | 4,83 | <i>Огурцы консервированные</i> | 030 |
| 10,261 | 12,642 | 5,112 | 107,499 | <i>Рыба, тушенная в томате с овощами</i> | 100 |
| 3,916 | 5,396 | 31,644 | 185,04 | <i>Картофельное пюре</i> | 180 |
| 0,08 | | 33,552 | 127,76 | <i>Компот из свежих яблок</i> | 200 |
| 1,9 | 0,25 | 12,425 | 56,5 | <i>Хлеб пшеничный</i> | 025 |
| 1,378 | 0,25 | 8,02 | 47,5 | <i>Хлеб ржаной</i> | 025 |
| 18,375 | 18,538 | 91,143 | 529,129 | Итого | 560 |

Стоимость комплекса (руб.): 88.00

Обед 5-11 классы

| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | Наименование блюда | Выход |
|--------------|---------------|----------------|----------------|---|------------|
| 1,615 | 8,995 | 10,26 | 145,55 | <i>Салат из свеклы отварной</i> | 100 |
| 2,84 | 2,673 | 23,945 | 125,525 | <i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i> | 250 |
| 18,742 | 15,244 | 45,518 | 376,844 | <i>Плов из птицы(филе куриное)</i> | 200 |
| 0,2 | 0,051 | 15,01 | 57,267 | <i>Чай с сахаром</i> | 200 |
| 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | <i>Хлеб пшеничный</i> | 030 |
| 1,653 | 0,3 | 9,624 | 57 | <i>Хлеб ржаной</i> | 030 |
| 27,33 | 27,533 | 119,267 | 829,986 | Итого | 810 |

Стоимость комплекса (руб.): 99.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог Подрезова Е. В.

Бухгалтер-калькулятор Берген И. З.