

Универсиадо:
 директор МБОУ СОШ № 3д
 Коженко В. А.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 3д
 Дата 10.01.2016
 День: понедельник
 Педагоги: _____
 Номер дня недели: 1
 Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи. наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66.90
2.	Омлет с сыром	160	347.64
3.	Какао с молоком	200	118.52
4.	Хлеб пшеничный	20	47.05
5.	Хлеб ржаной	25	57.52
6.	Яблоко свежее	120	55.50
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	60	53.57
2.	Борщ с картофелем и сметаной	200	120.26
3.	Плов с мясом	180	390.68
4.	Кефир 2,5%	100	57,2
5.	Сок фруктовый	200	84.80
6.	Хлеб пшеничный	40	94.10
7.	Хлеб ржаной	40	81.92
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Омлет с сыром	200	463,52
3.	Какао с молоком	200	118,52
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Хлеб ржаной	45	103,54
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	150,33
3.	Плов с мясом	230	472,93
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 3д Коженко В. А.

Зав. производством ООО "Формула вкуса" Коркина

