

Согласовано:  
медработник  
\_\_\_\_\_ /



Утверждаю:  
Директор школы:  
*Л.О. Сегленей* Л.О./

**МЕНЮ на 08 ноября 2022 г. МБОУ СОШ №3 г. Чадана**

Учащихся с 1 по 4 классы

День недели Вторник

Наименование блюд	Выход, гр	Цена, руб	Пищевая ценность			ЭЦ Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
грамм						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Салат "Фруктовый"	80	20	0,7	0,3	14,3	60,5
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	225	40	2,034	6,665	11,158	113,6
Какао с молоком	200	15	4,62	4,02	43,8	177,56
Хлеб из муки пшеничной обогащенный	30	3	1,98	0,36	10,02	52,2
конфета Несквик	20	7,25	1,3	6,6	11,2	108,6
<b>ИТОГО:</b>	<b>555</b>	<b>85,25</b>	<b>10,634</b>	<b>17,945</b>	<b>90,478</b>	<b>512,46</b>
<b>ОБЕД</b>						
Салат "Фруктовый"	80	20	0,7	0,3	14,3	60,5
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	225	40	2,034	6,665	11,158	113,6
Какао с молоком	200	15	4,62	4,02	43,8	177,56
Хлеб из муки пшеничной обогащенный	30	3	1,98	0,36	10,02	52,2
конфета Несквик	20	7,25	1,3	6,6	11,2	108,6
<b>ИТОГО:</b>	<b>555</b>	<b>85,25</b>	<b>10,634</b>	<b>17,945</b>	<b>90,478</b>	<b>512,46</b>

Согласовано:  
медработник

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/



Утверждаю:  
Директор школы:  
*Сегленмей Л.О.*  
Сегленмей Л.О./

**МЕНЮ на 09 ноября 2022 г. МБОУ СОШ №3 г. Чадана**

Учащихся с 1 по 4 классы

День недели Среда

Наименование блюд	Выход, гр	Цена, руб	Пищевая ценность			ЭЦ Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
грамм						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Виноград	30	10	0,24	0,05	5,73	23
Гуляш из говядины	95	35	14,504	14,883	3,738	207,23
Макароны отварные	150	20	5,35	0,55	25,6	157,4
Сок фруктовый	200	10	1	0,3	20,2	92
Хлеб из муки пшеничной обогашенный	40	3	2,4	0,8	16,7	85,7
Конфета Озеро	22	7,25	1,76	8,58	10,34	125,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>537</b>	<b>85,25</b>	<b>25,254</b>	<b>25,163</b>	<b>82,308</b>	<b>690,73</b>
<b>ОБЕД</b>						
Виноград	30	10	0,24	0,05	5,73	23
Гуляш из говядины	95	35	14,504	14,883	3,738	207,23
Макароны отварные	150	20	5,35	0,55	25,6	157,4
Сок фруктовый	200	10	1	0,3	20,2	92
Хлеб из муки пшеничной обогашенный	40	3	2,4	0,8	16,7	85,7
Конфета Озеро	22	7,25	1,76	8,58	10,34	125,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>537</b>	<b>85,25</b>	<b>25,254</b>	<b>25,163</b>	<b>82,308</b>	<b>690,73</b>

Согласовано:  
медработник  
\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/



Утверждаю:  
Директор школы:  
*Л.О. Кегленмей*  
Кегленмей Л.О./

**МЕНЮ на 10 ноября 2022 г. МБОУ СОШ №3 г. Чадана**

Учащихся с 1 по 4 классы

День недели Четверг

Наименование блюд	Выход, гр	Цена, руб	Пищевая ценность			ЭЦ Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
			грамм			
<b>ЗАВТРАК</b>						
Яблоки	240	10	0,39	0,39	12,79	26,4
Рыба в духовке (Горбуша)	80	35	9,664	15,741	12,294	229,7
Картофельное пюре	180	25	1,9	4,2	16,8	113
Чай с молоком	200	5	8,9	3,06	2,6	58
Хлеб из муки пшеничной обогащенный	40	3	2,4	0,8	16,7	85,7
Конфета Озеро	22	7,25	1,76	8,58	10,34	125,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>762</b>	<b>85,25</b>	<b>25,014</b>	<b>32,771</b>	<b>71,524</b>	<b>638,2</b>
<b>ОБЕД</b>						
Яблоки	240	10	0,39	0,39	12,79	26,4
Рыба в духовке (Горбуша)	80	35	9,664	15,741	12,294	229,7
Картофельное пюре	180	25	1,9	4,2	16,8	113
Чай с молоком	200	5	8,9	3,06	2,6	58
Хлеб из муки пшеничной обогащенный	40	3	2,4	0,8	16,7	85,7
Конфета Озеро	22	7,25	1,76	8,58	10,34	125,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>762</b>	<b>85,25</b>	<b>25,014</b>	<b>32,771</b>	<b>71,524</b>	<b>638,2</b>

Согласовано:  
медработник  
\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/



Утверждаю:  
Директор школы:  
*Л.О. Сегленей*  
Сегленей Л.О./

**МЕНЮ на 11 ноября 2022 г. МБОУ СОШ №3 г. Чадана**

Учащихся с 1 по 4 классы

День недели Пятница

Наименование блюда	Выход, гр	Цена, руб	Пищевая ценность			ЭЦ Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
грамм						
<b>ЗАВТРАК</b>						
Салат Оливье	80	20	10,5	28,6	2,3	192
Суп крестьянский с крупой	250	35	10	8,63	7,9	167,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	10	0,78	0,06	22,33	94,16
Хлеб из муки пшеничной обогащенный	30	3	1,98	0,36	10,02	52,2
Конфета	30	7,25	1,6	8,65	13,65	116,7
Мандарин	52	10	0,416	0,104	3,9	19,76
<b>ИТОГО:</b>	<b>642</b>	<b>85,25</b>	<b>25,276</b>	<b>46,404</b>	<b>60,1</b>	<b>642,12</b>
<b>ОБЕД</b>						
Салат Оливье	80	20	10,5	28,6	2,3	192
Суп крестьянский с крупой	250	35	10	8,63	7,9	167,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	10	0,78	0,06	22,33	94,16
Хлеб из муки пшеничной обогащенный	30	3	1,98	0,36	10,02	52,2
Конфета	30	7,25	1,6	8,65	13,65	116,7
Мандарин	52	10	0,416	0,104	3,9	19,76
<b>ИТОГО:</b>	<b>642</b>	<b>85,25</b>	<b>25,276</b>	<b>46,404</b>	<b>60,1</b>	<b>642,12</b>