

МЕНЮ

на 09 июня 2025 г.
по столовой СОШ № 3 начальная

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	каша ячневая молочная	200		163,0	4,8	3,0	29,2
347	омлет с мясом (варёный на пару)	100		177,0	14,1	12,3	2
686	чай с лимоном	200		58,0	0,2	0,1	15,1
тк	хлеб крестьянский	25		59,0	1,85	0,3	12,08
тк	яблоко	100		44	0,35	0	4,85
1	бутерброд с маслом сливочным	55		59	1,85	0,3	12,08
	Итого	680		560,0	23,15	16,0	75,31

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
20	салат из свежих помидоров и огурцов	100		86,0	1	7,1	4,2
140	суп картофельный с вермишелью и мясом	250/10		213,0	14	7,0	22,3
493	индейка тушёная в сметанном соусе	100		160,8	14,0	11,1	1
36/03	рис припущенный с овощами	180		264,6	4,55	6,94	45,74
тк	хлеб крестьянский/ ржаной	50		118,0	3,7	0,53	24,15
639	компот из сухофруктов	200		129	0,6	0	31,6
	Итого	630		971,4	37,85	32,7	128,99

Зав. столовой _____ А.З. Калугина
Директор _____ Т.В. Шингарова
Отв. по питанию _____ Е.А. Андриянова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443730

Владелец Шингарова Татьяна Викторовна

Действителен с 06.05.2025 по 06.05.2026