

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Игринская средняя общеобразовательная школа №3

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Игринская СОШ №3
О.А.Зуева
13 Ноября 2024года



М Е Н Ю
блюда приготовлены согласно сборника рецептур 2008 г
13 Ноября 2024г

№№ блюд по сборнику	Наименование блюд	цена	выход	Калорийность	
	Обед 7-11 лет	77-99			
№ 24	САЛАТ ИЗ ПОМИДОР И ОГУРЦ.	5-31	60	43,81	Помидоры,огурцы,лук,масло растит.
№ 108	СУП С КЛЕЦКАМИ	13-95	200	124	Птица.картофель.морковь.яйцо.мука
№ 141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	7-65	150	181,29	Картофель.морковь.капуста.лук.сметана
№ 38	КОТЛЕТА ЗДОРОВЬЕ	42-07	90	232	Говядина,лук,яйцо,морк.,сухари, масло
146-08	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	2-91	200/10	60	Чай черный, сахар, лимон
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2-40	48	97,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3-70	70	170,5	
	Обед 12-18 лет	88-76			
№ 24	САЛАТ ИЗ ПОМИДОР И ОГУРЦ.	8-85	100	60	Помидоры,огурцы,лук,масло растит.
№ 108	СУП С КЛЕЦКАМИ	17-46	200	155	Птица.картофель.морковь.яйцо.мука
№ 141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	9-18	180	217,55	Картофель.морковь.капуста.лук.сметана
№ 38	КОТЛЕТА ЗДОРОВЬЕ	46-81	100	257,78	Говядина,лук,яйцо,морк.,сухари, масло
146-08	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	2-91	200/10	60	Чай черный, сахар, лимон
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3-60	72	146,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	6-17	120	284,17	
	ОВЗ Завтрак	42-93			
№2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	5-36	53/15	109,7	Хлеб пшеничный.повидло.
№ 190	КАША ДРУЖБА	6-22	150	173,6	Рис,пшено, молоко,сахар,соль,масло
№ 30	КАКАО	6-69	200	104	Какао.молоко.сахар
	ЙОГУРТ	24-66	150	3-97	
	Кадеты	20-34			
№2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	5-36	53/15	109,7	Хлеб пшеничный.повидло.
№ 190	КАША ДРУЖБА	8-29	200	173,6	Рис,пшено, молоко,сахар,соль,масло
№ 30	КАКАО	6-69	200	104	Какао.молоко.сахар
	Платники	63-30			
№ 24	САЛАТ ИЗ ПОМИДОР И ОГУРЦ.	6-90	60	60	Помидоры,огурцы,лук,масло растит.
№ 141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	9-95	150	181,29	Картофель.морковь.капуста.лук.сметана
№ 38	КОТЛЕТА ЗДОРОВЬЕ	39-55	65	167,56	Говядина,лук,яйцо,морк.,сухари, масло
146-08	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	3-78	200/10	60	Чай черный, сахар, лимон
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3-12	48	97,6	