

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МОУ СОШ
 «Образовательный комплекс № 3»
 Петров В.Г.



МЕНЮ «11» марта 2026 год

3 день 1 неделя

7-11 лет

№ тех карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
20	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ <small>вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, куриная грудка филе</small>	100	55,10	14,08	17,01	14,44	267,00
21	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия в/с, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	11,10	6,54	5,81	41,76	250,44
37	ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,00	0,19	0,00	14,93	60,46
ТТК 93	СЛОЙКА "БАНТИК" <small>тесто слоеное*, сахарная пудра</small>	20	10,00	2,18	6,44	12,00	95,19
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	45	3,80	3,38	1,31	23,13	117,90
Итого		560	83,00	26,37	30,57	106,26	790,99
Обед							
283	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <small>капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, приправа сухая*, соль йодированная, вода питьевая, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности</small>	250/5	13,30	1,89	5,77	8,85	97,97
298	ПЛОВ (СВИНИНА) <small>свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная</small>	300	60,40	21,22	47,55	58,05	745,85
ТТК 12	КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М <small>лимонная кислота, сахар песок, компотная смесь*, вода питьевая</small>	200	7,10	0,00	0,00	19,36	77,41
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	60	2,20	1,66	0,22	10,60	50,99
Итого		815	83,00	24,77	53,54	96,86	972,22
Всего				51,14	84,11	203,12	1 763,21

Директор ООО "Максимум"

П.Е. Осиневская

Зав производством

Жагайлова О.И.

