

Утверждаю  
Директор МБОУ  
Сасовская СОШ №3

О.С. Зайцева



**МЕНЮ на 07 ноября 2024 года**

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
<b>Завтрак 5-11 классов</b>					
котлета куриная	75	7,42	13,24	1,40	198
Макароны отварные с маслом	100	4,73	6,86	14,56	136,1
Хлеб рж.	20	6,6	1,1	4,1	202
чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
<b>Обед в группе продленного дня</b>					
Борщ	250	4,43	55	32,2	405
тефтели куриные	50	7,66	4,75	1,09	71
Картофельное пюре	100	2,74	4,47	13,74	190,1
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб рж.	20	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263
<b>Полдник в группе продленного дня</b>					
Печенье	50	4,86	4,50	19,44	148
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60