УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ОО ЗО «Константиновская СОШ №3» г.о. Мелитополь

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Н. Боярских

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г.

**Меню**

**На21.03.2025**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
| **Завтрак** | | | | | |
| Картофель отварной кусочками | 1/150 | 2,9 | 4,4 | 2,08 | 146,0 |
| Куринная отбивная | 1/60 | 24,7 | 17,2 | 0,6 | 256,4 |
| Винегрет | 1/60 | 2,7 | 12,32 | 15,38 | 183,2 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Чай с сахаром | 1/180 | 0,36 | 0,09 | 0,072 | 2,54 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Итого** | 490 | 33,11 | 41,56 | 32,75 | 724,14 |
|  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | | | | | |
| Сок | 1/200 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90 |
| Конфета ух- ты | 1/30 | 0,6 | 5,2 | 8,7 | 83,5 |
| Печенье | 1/50 | 7,0 | 17,8 | 19,4 | 271,5 |
| Банан (ОВЗ) | 1/150 | 3,8 | 1,3 | 52,5 | 240 |
| Яблоко | 1/100 | 0,5 | 0,2 | 0,7 | 53,0 |
| Йогурт (ОВЗ) | 1/130 | 3,6 | 3,4 | 12,6 | 114 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Итого** | 660 | 15,9 | 27,9 | 115,9 | 852 |
| **Всего** | 1150 | 49,01 | 69,46 | 148,65 | 1576,14 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

Медсестра Волошина. С.С