Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3
с углублённым изучением отдельных предметов»
города Котовска Тамбовской области

МЕНЮ

«2» июня 2026 года

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Масса порции	Энерг. ценность	Б	Ж	У
Завтрак	182	Каша пшенная молочная	200	236	9,6	6,6	34,2
	412	Чай с лимоном	200	87	0,4	0,1	21,2
	1	Бутерброд с маслом	40/10	176,6	3,2	8,9	20,9
	510	Фрукт	100	44,5	0,4	0,4	9,8
Обед	511	Овощи свежие в нарезке	50	7,5	0,4	0,05	1,25
	42	Суп с рыбными консервами	200	133,7	6,87	6,72	11,4
	179	Каша гречневая рассыпчатая	150	151,4	6,3	1,6	27,9
	293	Гуляш из отварного мяса	100	221,1	18,2	14	5,77
	418	Сок	200	85	1	0	20,1
	509	Хлеб ржаной	40	81,5	2,64	0,35	16,9
		Кондитерское изделие					

Директор МБОУ «СОШ №3 с УИОП» _____ Н.В. Аверин

Медработник _____ Н.И. Власова

Шеф-повар _____ М.П. Ермакова