

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

МЕНЮ

« 5 » июня 2026 года

Прием пищи	№ реп.	Блюдо	Масса порции	Энерг. ценность	Б	Ж	У
Завтрак	182	Каша манная молочная	200	233	9,5	6,5	34,1
	227	Яйцо вареное	50	78	6,35	5,75	0,35
	416	Какао с молоком	200	213	5,8	5,8	34,4
	3	Бутерброд с сыром	40/14	148,4	4,45	5,63	20
	510		100	44,5	0,4	0,4	9,8
Обед	511	Овощи свежие в нарезке	50	7,5	0,4	0,05	1,25
	94	Суп лапша домашняя	200	285	6,3	15,3	30,6
	514	Плов с мясом	230	386	15,4	19,3	37,9
	418	Сок	200	76	0,9	0	18,1
	509	Хлеб ржаной	40	81,5	2,64	0,35	16,9
		Кондитерское изделие					

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

Медработник _____ Власова - Н.И. Власова

Шеф-повар _____ Ермакова - М.П. Ермакова