

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

МЕНЮ

« 8 » июня 2026 года

Прием пищи	№ рецеп.	Блюдо	Масса порции	Энерг. ценность	Б	Ж	У
Завтрак	182	Каша ~~пшеничная~~ <i>пшеничная</i>	200	236	9,6	6,6	34,2
	412	Чай с лимоном	200	87	0,4	0,1	21,2
	3	Бутерброд с сыром	40/14	148,4	4,45	5,63	20
	510	Фрукт	100	44,5	0,4	0,4	9,8
		<i>кондитер. изд.</i>					
Обед	511	Овощи свежие в нарезке	50	7,5	0,4	0,05	1,25
	526	Суп-харчо	200	215	1,58	16,8	14,5
	218	Макаронные изделия отварные	150	167	5,4	0,6	34,9
	568	Птица запеченная	100	216	24	13,4	0
	394	Компот из сухофруктов	200	131,8	0,9	0,1	32
	509	Хлеб ржаной	40	81,5	2,64	0,35	16,9
		<i>молоко</i>					

Директор МБОУ «СОШ №3 с УИОП» _____

Н.В. Аверин Н.В. Аверин

Медработник *Н* Н.И. Власова

Шеф-повар *Ермакова* М.П. Ермакова