

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

МЕНЮ

« 10 » июня 2026 года

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Масса порции	Энерг. ценность	Б	Ж	У
Завтрак	182	Чай с молоком	200	253	12,6	8,6	31,4
	414	Кофейный напиток с молоком	200	112	2,8	2,4	20
	3	Бутерброд с сыром	40/14	148,4	4,45	5,63	20
	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
	94	Суп лапша домашняя	200	285	6,3	15,3	30,6
	339	Пюре картофельное	150	112,5	3,2	1,2	22,1
	272	Котлеты рыбные любительские	100	149,5	10,5	8,5	8
	394	Компот из сухофруктов	200	131,8	0,9	0,1	32
	509	Хлеб ржаной	40	81,5	2,64	0,35	16,9
		кондитер. изд.					

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

Медработник _____ Н.И. Власова

Шеф-повар _____ М.П. Ермакова