

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

МЕНЮ

«29» мая 2026 года

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Масса порции	Энерг. ценность	Б	Ж	У
Завтрак		Каша					
	182	молочная <i>пшеничная</i>	200	170	9,8	6,6	18
	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	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
	87	Суп гороховый	200	227	6,8	13,5	19,6
	218	Макаронные изделия отварные	150	167	5,4	0,6	34,9
	325	Тефтели по гречески (куриные)	100	152,1	13,4	8,8	4,8
	394	Компот из сухофруктов	200	131,1	0,9	0,1	32
	509	Хлеб ржаной	40	81,5	2,64	0,35	16,9
		Кондитерское изделие					
		<i>Яблоко</i>					

Директор МБОУ «СОШ №3 с УИОП»

Аверин Н.В. Аверин

Медработник *Власова* Н.И. Власова

Шеф-повар *Ермакова* М.П. Ермакова