

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ «СОШ №3. с. Гойты  
 имени Р. Арсанукаева»  
 К.С. Цицаев



### Меню «Завтрак»

День	Раздел	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Понедельник	гор.блюдо	Суп молочный с крупой (рис)	200	132,4	4,82	1,02	16,83
	гор.напиток	Какао на молоке	100	52,73	1,84	1,74	7,31
	хлеб	Хлеб пшеничный	100	235	7,9	1	48,3
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8,2	0,1
Вторник	гор.блюдо	Каша овсяная "Геркулес"	180	238	7,3	8,9	32
	гор.напиток	Чай с лимоном	200	41,26	0,04	0	10,12
	хлеб	Хлеб пшеничный	75	176,25	5,92	0,75	36,22
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8,2	0,1
Среда	гор.блюдо	Каша рисовая молочная жидкая	180	237	6,6	9,2	31,9
	гор.напиток	Какао на молоке	100	52,73	1,84	1,74	7,31
	хлеб	Хлеб пшеничный	75	176,25	5,92	0,75	36,22
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8,2	0,1
Четверг	гор.блюдо	Картофельное пюре	150	164,2	4,3	6,05	42,3
	гор.напиток	Чай с лимоном	200	41,26	0,04	0	10,12
	хлеб	Хлеб пшеничный	75	176,25	5,92	0,75	36,22
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0	8,2	0,1	75
		Сосиски "Особые халяль"	50	80,5	4,75	6,75	
Пятница	гор.блюдо	Запеканка из творога	100	255,22	17,96	11,43	20,14
	гор.напиток	Какао на молоке	100	1,84	1,74	7,31	52,73
	хлеб	Хлеб пшеничный	75	176,25	5,92	0,75	36,22
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	75	0	8,2	0,1
Суббота	гор.блюдо	Суп молочный с крупой (рис)	200	132,4	4,82	1,02	16,83
	гор.напиток	Какао на молоке	100	52,73	1,84	1,74	7,31
	хлеб	Хлеб пшеничный	100	235	7,9	1	48,3