

Филиал МАОУ "Зиновская СОШ"
 Утверждаю директор филиала
 Воробьева Л.В.
 12 Октября 2020



МЕНЮ

на « 12 » Октября 20 20 года

для детей с 11 лет на _____

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Обед		34,4	35,0	123,1	944
Салат из квашеной капусты с луком	100	1,7	5,0	6,6	78
Суп "Волна" на мясном бульоне	250/10/5	3,2	5,2	10,3	101
Бефстроганов из отварной говядины	100/5	17,9	18,4	6,3	262
Гречка вязкая отварная	180	5,5	5,4	26,9	178
Компот из сухофр+Витамин"С"	200	0,7	0,0	23,9	98
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85
Хлеб пшеничный витаминизированный	20				

Завхоз _____
 Повар _____

Филиал МАОУ "Зиновская СОШ"
 Утверждаю директор филиала
 Воробьева Л.В.
 12 Октября 2020



МЕНЮ

на « 12 » Октября 20 20 года

для детей с 7 до 11 лет на _____

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Обед		31,0	33,0	104,1	837
Салат из квашеной капусты с луком	80	1,4	4,0	5,3	63
Суп "Волна" на мясном бульоне	250/10/5	3,2	5,2	10,3	101
Бефстроганов из отварной говядины	100	17,9	18,4	0,8	162
Гречка вязкая отварная	150	4,6	4,5	22,4	149
Компот из сухофр+Витамин"С"	200	0,7	0,0	23,9	98
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51
Хлеб пшеничный витаминизированный	20				

Завхоз _____
 Повар _____