

Филиал МАОУ "Зиновская СОШ"
 Утверждаю директор филиала:
 Воробьева П.В.
 15.10.2020



МЕНЮ

на « 15 » Октябрь 20 20 года

для детей с 11 лет на _____

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<i>Обед</i>					
		38,5	34,9	133,3	1001
Нарезка из отварных свеклы и картофеля с маслом растительным	100	0,2	5,0	5,2	67
Суп -пюре из гороха с гречками с курицей	250/10/10	7,5	6,7	21,3	176
Котлеты мясо-картофельные по-хлыньски с соусом сметанным с томатом	100/5	18,0	16,8	11,3	268
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	40	3,2	0,4	15,2	77

Завхоз _____

Повар _____

Завхоз
Повар

Филиал МАОУ "Зиновская СОШ"
 Утверждаю директор филиала:
 Воробьева П.В.
 15.10.2020



МЕНЮ

на « 15 » Октябрь 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
<i>Обед</i>					
		33,0	30,1	115,8	866
Нарезка из отварных свеклы и картофеля с маслом растительным	80	0,2	4,0	4,2	53
Суп -пюре из гороха с гречками с курицей	250/10/10	7,5	6,7	21,3	176
Котлеты мясо-картофельные по-хлыньски с соусом сметанным с томатом	80/50	15,6	14,2	9,8	229
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	30	2,4	0,3	11,4	58

Завхоз _____

Повар _____

Завхоз
Повар