



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Гомарова



МЕНЮ

« 12 » декабря 20201.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176,3
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147,0
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1
Йогурт питьевой	125	1,8	1,5	4,5	38,7
Хлеб ржаной	15	0,6	0,1	6,9	30,9
Стоимость дня					80

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Полу
Камарова



МЕНЮ

« 12 » января 2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и повидлом	20/10/15	1,76	3,91	25,01	139,65
Суп молочный с макаронными	250/5	4,68	4,16	17,3	126,09
Кофейный напиток	200	3,09	2,54	21,15	119,82
Фрукт груша	180	0,66	0,38	9,84	70
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Обед					
Нарезка из отварной свеклы	60	0,66	0,1	5,28	25,2
Щи из свежей капусты с картофелем, курой со сметаной	250/12/10	4,07	5,18	8,64	93,6
Котлета по-хлыновски	90	12,93	8,43	10,38	174,4
Соус сметанный	30	2,2	3,1	0,5	47
Пюре картофельное	150	3,25	4,7	22,01	143,76
Компот из ягодной смеси	200	0,78	0,01	13,68	55,88
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Итого					189,60

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____