



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Лодкина
Кошарова



МЕНЮ

« 13 » января 2021г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	5,8	6,4	7,9	112,4
Рагу из птицы	250	9,0	9,8	28,4	237,8
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2
Фрукт	100	0,4	0,0	14,4	59,2
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3
Стоимость дня					80

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Гонимов
Гонимов



МЕНЮ

«__13__» января __2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом	20/10	1,48	6,17	9,13	98,44
Запеканка из творога со сгущенным	100/10	14	10,88	37,5	412,5
Чай с сахаром	200	0,01	0	9,98	39,98
Хлеб пшеничный резанный	25	1,57	0,2	10,62	45,39
Фрукт (яблоко)	140	0,66	0,38	9,84	70
Обед					
Нарезка из отварной моркови	60	0,58	0,09	3,82	18,74
Борщ с мясом и сметаной	250/10/5	6,42	8,16	12	147,12
Шницель мясной	85	15,97	11,83	19,43	180
Соус молочный	50	0,61	1,57	2,12	25,14
Гречка рассыпчатая	150	6,34	5,28	28,62	187,05
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,98
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 _____