

Филиал МАОУ "Зиновская СОШ"
 Утверждаю директор филиала:
 Воробьева Л.В.
 "18" "сентября" 2020

МЕНЮ

на « 18 » сентября 2020 года

для детей с 11 лет на _____					
Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Обед		38,6	30,3	142,2	996
Овощи консервированные без уксуса Огурцы	100	0,8	0,1	1,6	11
Суп-харчо с мясом	250/10	4,2	4,1	12,8	105
Котлета рыбная с маслом	120/5	18,4	17,6	20,8	315
Картофель отварной с маслом	180	3,9	6,8	30,6	199
Компот из сухофр+Витамин"С"	200	1,1	0,1	25,7	108
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102
Хлеб пшеничный витаминизированный	80	6,4	0,8	30,4	154

Завхоз _____
 Повар _____

Филиал МАОУ "Зиновская СОШ"
 Утверждаю директор филиала:
 Воробьева Л.В.
 "18" "сентября" 2020

МЕНЮ

на « 18 » сентября 2020 года

для детей с 7 до 11 лет на _____					
Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Обед		30,3	26,2	109,7	796
Овощи консервированные без уксуса Огурцы	80	0,6	0,1	1,5	9
Суп-харчо с мясом	250/10	4,2	4,1	12,8	105
Котлета рыбная с маслом	100/5	15,3	14,7	17,3	263
Картофель отварной с маслом	150	3,5	6,1	27,5	179
Компот из сухофр+Витамин"С"	200	0,8	0,1	21,5	90
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4,0	0,8	19,0	99

Завхоз _____
 Повар _____