

Фиднал МАОУ "Зиновская СОШ"
Утверждаю директор фиднала:
Воробьева Л.В.
" 21 " 10 2020

МЕНЮ

на « 21 » 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		36,3	37,2	109,9	920
Винегрет овощной	100	1,3	5,0	7,2	79
Суп из овощей с курицей со сметаной	250/10/5	7,4	6,1	10,5	127
Ежики из говядины с рисом с соусом томатным	100/50	13,1	19,3	13,6	281
Гречка вязкая отварная	180	5,5	5,4	26,9	178
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	5	0,8	22,8	118,0

Завхоз

Повар

Л.В. Воробьева

Фиднал МАОУ "Зиновская СОШ"
Утверждаю директор фиднала:
Воробьева Л.В.
" 21 " 10 2020

МЕНЮ

на « 21 » 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		29,8	31,0	104,2	815
Винегрет овощной	80	1,0	4,0	5,8	63
Суп из овощей с курицей со сметаной	250/10/5	7,4	6,1	10,5	127
Ежики из говядины с рисом с соусом томатным	80/50	10,5	15,4	10,9	224
Гречка вязкая отварная	150	4,6	4,5	22,4	149
Сок	200	0,3	0,0	26,0	105
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,3	0,5	15,2	79

Завхоз

Повар

Л.В. Воробьева