



МЕНЮ

на « 8 » сентября 20 20 года

для детей с 11 лет на

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Обед		37,6	35,8	120,7	956
Овощи консервированные без уксуса Помидоры	100	0,8	0,2	1,5	11
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	12,0	123
Котлета по-Волжски	120/5	17,3	18,0	3,8	246
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176
Компот из сухофр+Витамин"С"	200	0,7	0,0	23,9	98
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68
Хлеб пшеничный витаминизированный	70				

Завхоз

Повар

С.И.Иванов

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



МЕНЮ

на « 8 » сентября 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		32,0	31,2	110,3	850
Овощи консервированные без уксуса Помидоры	80	0,7	0,1	1,2	9
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	5,9	5,7	12,0	183
Котлета по-Волжски	80/5	13,8	14,4	3,0	197
Картофельное пюре	150	3,5	5,3	24,0	158
Компот из сухофр+Витамин"С"	200	0,7	0,0	23,9	98
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68
Хлеб пшеничный витаминизированный	50				

Завхоз

Повар

С.И.Иванов