

Филиал МАОУ "Зиновская СОШ"
Утверждаю директор филиала:
Воробиёва Л.В.

" 9 " 11 2020 Филиал
" Зиновская СОШ "

МЕНЮ

на « 9 » ноября 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	29,3	135,6	960
Овощи консервированные без уксуса Огурцы	100	0,8	0,1	1,6	11
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/10/5	2,9	4,2	16,3	115
Шницель рыбный натуральный с маслом	120/5	19,5	16,2	11,0	268
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	1,2	30,4	158

Завхоз _____
Повар _____



МЕНЮ

на « 9 » ноября 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		32,2	25,5	115,2	819
Овощи консервированные без уксуса Огурцы	80	0,6	0,1	1,3	8
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/10/5	2,9	4,2	16,3	115
Шницель рыбный натуральный с маслом	100/5	16,3	13,5	9,1	223
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	50	3,3	0,6	16,7	85
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,8	0,9	22,8	119

Завхоз _____
Повар _____