



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*С. С. С.*

Комаров



## МЕНЮ 22 октября

### Горячий завтрак

| Наименование блюда                               | Выход  | Химический состав |        |        |           |
|--------------------------------------------------|--------|-------------------|--------|--------|-----------|
|                                                  |        | Белки,г           | Жиры,г | Угл.,г | ЭЦ,ккал   |
| Хлеб пшеничный (нарезной)                        | 25,00  | 1,97              | 0,25   | 13,28  | 90,00     |
| Суп с макаронными изделиями картофелем и курицей | 250/20 | 5,98              | 3,66   | 22,60  | 130,00    |
| Запеканка из творога со сгущенным                | 100/15 | 15,00             | 6,00   | 19,86  | 227,45    |
| Чай с лимоном                                    | 200/2  | 0,01              | 0,00   | 9,98   | 39,98     |
| Хлеб ржаной (нарезной)                           | 25     | 1,12              | 0,22   | 11,58  | 44,00     |
| Фрукт (яблоко)                                   | 160    | 0,95              | 0,20   | 23,20  | 104,00    |
| <b>Стоимость дня</b>                             |        |                   |        |        | <b>80</b> |

Зав. Столовой *Лашин*

Мед. Работник *С. С. С.*





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*Т. С. Суслова*

Комарова



## МЕНЮ

22 октября



| Наименование блюда                    | Выход     | Химический состав |        |        |         |
|---------------------------------------|-----------|-------------------|--------|--------|---------|
|                                       |           | Белки,г           | Жиры,г | Угл.,г | ЭЦ,ккал |
| Завтрак                               |           |                   |        |        |         |
| Горячий бутерброд с сыром             | 20/20     | 4,53              | 6,62   | 13,39  | 131,62  |
| Каша жидкая молочная рисовая с маслом | 200/10    | 4,4               | 6,13   | 27,88  | 295     |
| Чай с сахаром                         | 200       | 0.01              | 0      | 9,98   | 39,98   |
| Фрукт (апельсин)                      | 250       | 0,66              | 0,38   | 9,84   | 46,7    |
| Хлеб ржаной резанный                  | 30        | 1,12              | 0,22   | 11,28  | 55,25   |
| Обед                                  |           |                   |        |        |         |
| Кукуруза консервированная             | 60        | 1,3               | 0,2    | 6,7    | 34,8    |
| Суп - пюре овощной с мясом и гренками | 250/30/10 | 4,87              | 6,03   | 9,14   | 155     |
| Рыба запеченная по-русски             | 260       | 15,75             | 8,4    | 12,3   | 280     |
| Компот из кураги                      | 200       | 0,45              | 0,06   | 20,63  | 85,98   |
| Хлеб ржаной резанный                  | 30        | 1,12              | 0,22   | 11,28  | 55,25   |
| Хлеб пшеничный резанный               | 30        | 1,97              | 0,25   | 13,28  | 56,74   |
|                                       |           |                   |        |        |         |
| Итого                                 |           |                   |        |        |         |

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Суслова*