



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Голубарева



МЕНЮ

«_19_»_января_2021г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93,0
Жаркое по - домашнему	210	14,7	15,3	26,5	302,5
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3
Стоимость дня					80

Зав. Столовой *Хамов*

Мед. Работник *Янш*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

*Тамара
Гомарова*



МЕНЮ

« 19 » января 2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом	20/10	1,48	6,17	9,13	98,44
Запеканка творожная со сгущенным молоком	180/15	29,88	18,1	22,9	421
Чай с сахаром	200	0,01	0	9,98	39,98
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Обед					
Нарезка из отварной моркови	60	0,58	0,09	3,82	18,74
Суп -лапша с мясом	250/17	7,75	7	21,4	156,35
Плов с мясом	180	21,95	6,44	41,07	345
Компот из ягодной смеси	200	0,78	0,01	13,68	55,88
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Итого					189,60

Зав. Столовой Хамов

Мед. Работник Иван