



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Починкова
Починкова



МЕНЮ

« 25 » января 2021г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с сыром	20/16	5,3	3,7	7,2	83,3
Котлеты рубленые из птицы запеченные,с соусом томатным	80/50	10,4	11,2	12,1	190,8
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166,0
Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61,2
Фрукт	100	0,4	0,0	14,4	59,2
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3
Стоимость дня					80

Зав. Столовой *Починкова*

Мед. Работник *Зинь*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Паша
Кочарова



МЕНЮ

« 25 » января 2021г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и повидлом	20/5/17	1,76	3,91	25,01	139,65
Каша молочная " Дружба"	200/5	5,43	6,52	30,45	260
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Фрукт яблоко	160	0,66	0,38	9,84	46,7
Обед					
Нарезка из свежих помидор	50	0,4	0,03	1,3	37
Суп картофельный со сметаной	250/5	3,33	4,05	13,21	111,17
Говядина тушеная с овощами	90	15,69	14,86	4,39	214,35
Картофель отварной с маслом сливочным	150	3,05	3,11	24,64	138,75
Компот из ягодной смеси	200	0,14	0,1	15,61	65,06
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 *Кочарова*

Мед. Работник *Зинь*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Посып
Комарова



МЕНЮ

« 25 » января 2021г.

Полдник

Наименование блюда	Выход
Слойка с сыром	100
Чай с молоком и сахаром	200
Итого	35

Зав. Столовой *Кашин*

Мед. Работник *Якуш*

