



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Г. Комарова



МЕНЮ

«28» января 2021г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с маслом	20/10	1,7	3,9	7,3	71,1
Пудинг творожный с молоком сгущенным	180/24	15,4	11,5	43,2	337,9
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,8
Хлеб ржаной	20	0,70	0,10	9,40	41,30
Стоимость дня					80

Зав. Столовой *Хасмиев*

Мед. Работник *Иш*

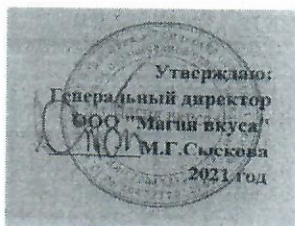




УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

П.И. Смирнова



МЕНЮ

« 28 » января 2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и сыром	20/10/15	3,91	6,64	9,14	135
Каша жидкая молочная из манной крупы	200/10	6,1	6,88	28,47	255
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Фрукт яблоко	160	0,66	0,38	9,84	46,7
Обед					
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
Рыбный суп	250/20	7,94	5,25	15,18	175
Жаркое по-домашнему с мясом	190	18,02	5,25	19,45	315
Компот из ягод	200	0,02	0,08	13,44	56,68
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					189,60

Зав. Столовой *Хомов*

Мед. Работник *Смирнова*