



УТВЕРЖДАЮ
С.В. Лохова
директор школы

приятного аппетита!

МЕНЮ

| 12.10.2021г | Выход | | | |
|----------------------------------|----------|---------|------------|---------|
| | 7-10 лет | | 11-18 лет | |
| | выход | ккалор. | выход | ккалор. |
| ЗАВТРАК | | | | |
| 1. Омлет натуральный | 190 | 280,53 | 190 | 280,53 |
| 2. чай с сахаром | 200 | 40 | 200 | 40 |
| 3. хлеб ржаничный | 30 | 42 | 40 | 96 |
| 4. Масло шль порциями | 7 | 46,2 | 9 | 59,4 |
| ОБЕД | | | | |
| 1. икра кабачковая | 50 | 21,4 | 80,21 | 58 |
| 2. борщ из св. капусты с картоф. | 250 | 144 | 250 | 144 |
| 3. котлеты рыбные | 80 | 90,66 | 120 | 136 |
| 4. соус томатный | 30 | 12 | 50 | 24 |
| 5. рис отварной с овощами | 150 | 185 | 180 | 222 |
| 6. сок | 200 | 80 | 208,34 | 83 |
| 7. хлеб ржаничный | 40 | 49 | 69,38 | 83 |
| 8. хлеб ржаной | 40 | 45 | 62,5 | 49 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| 1. компот из сухофруктов | 200 | 88 | 200 | 134 |
| 2. бут с маслом сливочным | 30/15/15 | 159 | 28,25/5/16 | 160 |
| 3. | | | | |

Медицинская сестра

С.И. Фесюро