



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Кемарова



МЕНЮ

«_10_» февраля _____ 2021г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Овощи консервированные без уксуса(огурцы)	80	0,7	0,1	1,3	8,5
Бедро куриное запеченное домашнее	80	13,0	12,1	0,6	162,8
Сложный гарнир(пюре картофельное,капуста тушеная)	150	3,4	6,3	18,7	145,1
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	116,7
0,00	0	0,4	0,0	14,4	59,2
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 *Зуев*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Д.А. Кошаров



МЕНЮ

« 10 » февраля 2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и сыром	20/6/11	3,91	6,64	9,14	112,93
Каша жидкая молочная пшенная	200/10	5,9	6,5	23,75	185
Кофейный напиток	200	3,09	2,54	21,15	119,82
Фрукт (яблоко)	160	0,66	0,38	9,84	85
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Обед					
Кукуруза консервированная	30	1,3	0,2	6,7	34,8
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/15/5	4,13	6,27	12,53	123,77
Рыба запеченная	90	19,68	8,24	2,43	152,38
Соус сметанно - томатный	30	2,2	3,05	0,53	47,22
Пюре картофельное	150	3,25	4,7	22,01	143,76
Компот из яблок + Витамин С	200	0,08	0,08	13,94	57,28
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 *Халимова*

Мед. Работник *Дзиев*