



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ _____

Гемаров



МЕНЮ

« 5 » февраля 2021г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Винегрет овощной	80,65	1,2	4,0	11,9	88,0
Плов из мяса	210	12,5	13,7	36,5	319,3
Компотик теплый из сежих	200	0,5	0,2	23,1	96,2
0,00	0	1,8	1,5	4,5	38,7
Хлеб пшеничный	15	0,8	0,2	6,1	29,2
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3
Стоимость питания					80

Зав. Столовой Хаммевр

Мед. Работник Алиф





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Кочарова Н.Б.



МЕНЮ

« 5 » февраля 2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и повидлом	20/5/15	1,76	3,91	25,01	139,65
Омлет с сыром	150	19,44	21,42	2,78	259,3
Какао с молоком	200	3,8	4,54	18,58	119,05
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Фрукт (яблоко) 1шт	110	0,66	0,38	9,84	70
Обед					
Нарезка из отварной свеклы	60	0,66	0,1	5,28	25,2
Суп Лагман с мясом и сметаной	250/20/10	15,71	5,31	21,88	194,7
Грудка запеченная в молочном соусе	100	9,2	11,3	3,9	154,1
Рис отварной	150	3,64	5,37	36,69	209,7
Компот с изюмом + Витамин С	200	0,12	0,12	15,06	62,28
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Стоимость дня					189,60

Зав. Столовой *Кочарова*

Мед. Работник *Алиев*