



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Толу/
Поларова НБ



МЕНЮ

«__3__» марта __2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом	20/10	1,48	6,17	9,13	98,44
Запеканка из творога со сгущенным	100/10	14	10,88	37,5	412,5
Чай с сахаром	200	0,01	0	9,98	39,98
Хлеб пшеничный резанный	25	1,57	0,2	10,62	45,39
Фрукт (яблоко)	140	0,66	0,38	9,84	70
Обед					
Нарезка из отварной моркови	60	0,58	0,09	3,82	18,74
Борщ с мясом и сметаной	250/10/5	6,42	8,16	12	147,12
Шницель мясной	85	15,97	11,83	19,43	180
Соус молочный	50	0,61	1,57	2,12	25,14
Гречка рассыпчатая	150	6,34	5,28	28,62	187,05
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,98
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 *Хашов*

Мед. Работник *Сини*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Шамур
Комарова Л.В.

МЕНЮ

« 3 » марта 2021г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	5,8	6,4	7,9	112,4
Рагу из птицы	250	9,0	9,8	28,4	237,8
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2
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 Шамур

Мед. Работник Шамур

