



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Полу Комарова



МЕНЮ

«_16_»_марта_2021г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с сыром	20/16	5,3	3,7	7,2	83,3
Котлеты рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	80/50	10,4	11,2	12,1	190,8
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166,0
чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,2	61,2
Фрукт	100	0,4	0,0	14,4	59,2
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3
Стоимость дня					80

Зав. Столовой *Хомов*

Мед. Работник *Иван*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Полу
Комарова



МЕНЮ

«_16_» марта_2021г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и повидлом	20/5/17	1,76	3,91	25,01	139,65
Каша молочная " Дружба"	200/5	5,43	6,52	30,45	260
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Фрукт яблоко	160	0,66	0,38	9,84	46,7
Обед					
Нарезка из свежих помидор	50	0,4	0,03	1,3	37
Суп картофельный со сметаной	250/5	3,33	4,05	13,21	111,17
Говядина тушеная с овощами	90	15,69	14,86	4,39	214,35
Картофель отварной с маслом сливочным	150	3,05	3,11	24,64	138,75
Компот из ягодной смеси	200	0,14	0,1	15,61	65,06
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 *Хонеева*

Мед. Работник *Ян*