



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Голуш
Комарова Л.В.



МЕНЮ

« 1 » марта 2021г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Овощи натуральные	60	0,9	0,1	3,0	16,3
Шницель из говядины	80	7,5	10,4	13,6	178,0
Макаронные изделия отварные	150	4,5	3,0	36,7	191,7
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб ржаной	15	0,7	0,1	9,4	41,3
Стоимость дня					80

Зав. Столовой Голуш

Мед. Работник Голуш





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Шоуф
Комарова А.Б.

МЕНЮ

«1» марта 2021г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Горячий бутерброд с сыром	20/15	6,14	5,33	10,67	116,28
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом	200/10	4,4	6,13	27,88	204,8
Какао с молоком	200,00	3,8	4,54	18,58	119,05
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Фрукт яблоко	160	1	0	10	85
Обед					
Кукуруза консервированная	60	1,3	0,2	6,7	34,8
Суп овощной с мясом и сухариками	250/12/10	1,58	4,98	9,14	134,2
Филе рыбы" Морской замок"	90	19,68	8,24	2,43	152,38
Соус сметанно - томатный	50	2,2	3,1	0,5	47
Рис припущенный	150	4,7	5,2	38,42	209,53
Компот из ягод	200	0	0	18	77
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	30	1,57	0,2	10,62	45,39
Итого					189,60

Зав. Столовой *Хомов*

Мед. Работник *Дми*