



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ Лауф  
Камарова Т.В.



## МЕНЮ

« 10 » сентября 2020г.

### Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Помидор порционно	60	0,40	0,04	1,30	12,00
Плов с мясом	180	11,50	6,44	27,10	280,42
Чай с лимоном	200/2	0,01	0,00	9,98	39,98
Хлеб Николаевский (нарезной)	20	1,12	0,22	11,58	55,25
Хлеб "Свежий" пшеничный	20	1,97	0,22	13,28	56,74
Слойка с повидлом	50	4,43	12,00	31,20	150,00
Фрукт (абрикос) 1 шт	70	0,95	0,20	23,20	104,00
<b>Стоимость дня</b>					<b>80,00</b>

Зав. Столовой Кочетов

Мед. Работник Лауф





УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU СОШ

*Комарова А.В.*



## МЕНЮ

« 10 » сентября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Завтрак</b>					
Бутерброд с маслом	20/7	1,48	6,17	9,13	98,44
Запеканка творожная со сгущенным молоком	180/25	29,88	18,1	22,9	421
Чай с сахаром	200	0,01	0	9,98	39,98
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
<b>Обед</b>					
Нарезка из отварной моркови	60	0,58	0,09	3,82	18,74
Суп -лапша с мясом	250/15	7,75	7	21,4	156,35
Плов с мясом	185	21,95	6,44	41,07	345
Компот из ягодной смеси	200	0,78	0,01	13,68	55,88
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
<b>Стоимость дня</b>					<b>189,6</b>

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Зинер*