



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ

*А.В. Кошаров*



# МЕНЮ

21 » сентября 2020г.

## Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с маслом	20/6	1,48	6,17	9,13	98,44
Суп с макаронными изделиями,картофелем и курицей	250/20	5,98	3,66	22,60	130,00
Запеканка творожная со сгущенным	100/25	15,00	6,00	19,86	227,45
Чай с лимоном	200/2	0,01	0,00	9,98	39,98
Хлеб ржаной ( нарезной )	25	1,12	0,22	11,58	44,00
Фрукт (слива) 1 шт	70	0,95	0,20	23,20	104,00
<b>Стоимость дня</b>					<b>80</b>

Зав. Столовой *Сыслова*

Мед. Работник *Давыдов*





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ

*А.В. Кошарова*



# МЕНЮ

« 21 » сентября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Завтрак</b>					
Горячий бутерброд с сыром	20/15	4,53	6,62	13,39	131,62
Каша жидкая молочная рисовая с маслом	200/10	4,4	6,13	27,88	295
Чай с сахаром	200	0,01	0	9,98	39,98
Фрукт (апельсин)	200	0,66	0,38	9,84	46,7
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
<b>Обед</b>					
Кукуруза консервированная	60	1,3	0,2	6,7	34,8
Суп - пюре овощной с мясом и гречками	250/15/10	4,87	6,03	9,14	155
Рыба запеченная по-русски	220	15,75	8,4	12,3	280
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,98
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	30	1,97	0,25	13,28	56,74
<b>Стоимость дня</b>					189,6

Зав. Столовой *Кошарова*

Мед. Работник *Кошарова*