



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ

Столу
Колмарова



МЕНЮ

24 » сентября 2020г.

Горячий завтрак

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | |
|---------------------------|-------|-------------------|--------|--------|-----------|
| | | Белки,г | Жиры,г | Угл.,г | ЭЦ,ккал |
| Помидор порционно | 100 | 0,40 | 0,04 | 1,30 | 12,00 |
| Рагу овощное с мясом | 195 | 6,00 | 11,90 | 14,90 | 223,70 |
| Слойка с сахаром | 50 | 4,94 | 3,10 | 19,83 | 135,00 |
| Какао с молоком | 200 | 3,80 | 4,54 | 25,80 | 119,05 |
| Хлеб ржаной (нарезной) | 25 | 1,12 | 0,22 | 11,58 | 55,25 |
| Хлеб пшеничный (нарезной) | 25 | 1,97 | 0,25 | 13,28 | 56,74 |
| Стоимость дня | | | | | 80 |

Зав. Столовой *Кашев*

Мед. Работник *Зин*





УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOY COII

Комарова



МЕНЮ

«_24_» сентября 2020г.

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | |
|--------------------------------------|-----------|-------------------|--------|--------|--------------|
| | | Белки,г | Жиры,г | Угл.,г | ЭЦ,ккал |
| Завтрак | | | | | |
| Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/11 | 3,91 | 6,64 | 9,14 | 135 |
| Каша жидкая молочная ячневая | 200/10 | 5,2 | 6,9 | 27,2 | 255 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,55 | 1,28 | 14,41 | 75,64 |
| Фрукт (яблоко) | 195 | 0,66 | 0,38 | 9,84 | 85 |
| Хлеб ржаной резанный | 25 | 1,12 | 0,22 | 11,28 | 55,25 |
| Обед | | | | | |
| Нарезка из свежих огурцов | 60 | 0,7 | 2,54 | 4,32 | 42,45 |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/15/10 | 4,13 | 6,27 | 12,53 | 160 |
| Овощное рагу с мясом | 185 | 13,8 | 11,9 | 14,9 | 250 |
| Компот из ягодной смеси | 200 | 0,78 | 0,01 | 13,68 | 55,88 |
| Хлеб ржаной резанный | 30 | 1,12 | 0,22 | 11,28 | 55,25 |
| Хлеб пшеничный резанный | 30 | 1,97 | 0,25 | 13,28 | 56,74 |
| Стоимость дня | | | | | 189,6 |

Зав. Столовой *Ханова*

Мед. Работник *Яни*