



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ

*Жамарова Л.В.*



# МЕНЮ

« 9 » сентября 2020г.

## Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Гречка по купечески	150	2,10	13,10	25,43	210,20
Слойка с сыром	50,00	15,00	6,00	19,86	227,45
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98
Хлеб Николаевский (нарезной)	25	1,12	0,22	11,58	45,36
Хлеб "Свежий" пшеничный	25	1,97	0,22	13,28	45,39
<b>Стоимость дня</b>					<b>80,00</b>

Зав. Столовой *Хасенова*

Мед. Работник *Алиф*





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

*Столу*  
*Комарова*



# МЕНЮ

« 9 » сентября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Завтрак</b>					
Бутерброд с маслом и сыром	20/6/11	3,91	6,64	9,14	112,93
Каша жидкая молочная пшеничная	200/10	5,9	6,5	23,75	185
Кофейный напиток	200	3,09	2,54	21,15	119,82
Фрукт (яблоко)	200	0,66	0,38	9,84	85
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
<b>Обед</b>					
Кукуруза консервированная	45	1,3	0,2	6,7	34,8
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/15/5	4,13	6,27	12,53	123,77
Рыба запеченная	100	19,68	8,24	2,43	152,38
Соус сметанно - томатный	50	2,2	3,05	0,53	47,22
Пюре картофельное	150	3,25	4,7	22,01	143,76
Компот из яблок + Витамин С	200	0,08	0,08	13,94	57,28
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>					<b>189,6</b>

Зав. Столовой *Косилов*

Мед. Работник *Ишур*