



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Кашарова



МЕНЮ

« 11 » сентября 2020г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Нарезка из свежих огурцов с маслом	60	0,98	0,10	5,28	25.20
Гуляш из мяса	100	9,80	14,90	8,20	178.62
Макароны отварные	150	5,82	1,90	37,08	176.00
Чай с молоком и сахаром	200	0,45	0,06	20,63	85.98
Хлеб "Свежий"пшеничный	25	1,97	0,25	13,28	56.74
Хлеб Николаевский (нарезной)	25	1,12	0,22	11,58	55.25
Стоимость дня					80,00

Зав. Столовой *Кашарова*

Мед. Работник *Визит*





УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU COШ

Ташева
Комарова



МЕНЮ

«_11_» сентября_2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом и повидлом	20/6/15	1,76	3,91	25,01	139,65
Омлет натуральный	200	22,87	25,2	3,27	305,17
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Обед					
Нарезка из огурцов соленых	40	0,4	0,1	0,9	7,15
Свекольник со сметаной	250/7	2,66	5,02	15,56	156
Гуляш из мяса	100	16,49	16,7	3,26	180
Макароны отварные	150	5,82	4,49	37,08	212,15
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,98
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Стоимость дня					189,6

Зав. Столовой *Ташева*

Мед. Работник *Ташева*