



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ \_\_\_\_\_

*Колмарова*



# МЕНЮ

« 15 » сентября 2020г.

## Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/11	4,08	4,70	9,14	105,00
Минтай под овощами	115	9,60	9,30	29,30	175,60
Пюре картофельное	150	3,25	4,70	22,01	143,76
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98
Хлеб Николаевский (нарезной)	25	1,12	0,22	11,58	60,00
Хлеб "Свежий" пшеничный (нарезной)	25	1,97	0,25	13,28	67,00
Фрукт (нектарин) 1 шт	70	0,95	0,20	23,20	104,00
<b>Стоимость дня</b>					<b>80,00</b>

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник *Сидя* \_\_\_\_\_





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ \_\_\_\_\_

*Славина  
Комарова А.В.*



# МЕНЮ

« 15 » сентября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Завтрак</b>					
Бутерброд с сыром	20/15	3,67	5,06	10,66	135
Каша жидкая молочная гречневая	200/10	6,77	7,25	25,19	205
Какао с молоком	200	3,8	4,54	18,58	119,05
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
<b>Обед</b>					
Нарезка из отварной свеклы	60	0,66	0,1	5,28	25,2
Суп - пюре овощной с мясом и гречками	250/15/10	4,87	6,03	9,14	155
Рыба под овощами	130	13,32	6,04	3,91	165
Пюре картофельное	150	3,25	4,7	22,01	143,76
Кисель из свежих ягод	200	0,1	0	15,1	56,68
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 \_\_\_\_\_

Мед. Работник *Алексеев* \_\_\_\_\_