



УТВЕРЖДАЮ
 Директор MAOU СОШ

Т.А. Кошарова



МЕНЮ

« 8 » октября 2020г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с повидлом	20/5/15	1,44	3,86	18,84	114,24
Омлет натуральный	200	13,0	11,1	17,0	235,2
Какао с молоком	200	3,80	4,54	18,58	119,05
Хлеб нарезной	30	1,12	0,22	11,58	56,70
Фрукт (яблоко) 1 шт	165,00	0,95	0,20	23,20	104,00
Стоимость дня					80

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Яши*





УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU СОШ

Лопухина
Комарова



МЕНЮ

« 8 » октября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Завтрак						80,00
Бутерброд с маслом и повидлом	17/5/15	1,76	3,91	25,01	139,65	
Омлет с сыром	150	19,44	21,42	2,78	259,3	
Какао с молоком	200	3,8	4,54	18,58	119,05	
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25	
Фрукт (мандарин) 1шт	90	0,66	0,38	9,84	70	
Обед						109,60
Нарезка из отварной свеклы	60	0,66	0,1	5,28	25,2	
Суп Лагман с мясом и сметаной	250/20/6	15,71	5,31	21,88	194,7	
Грудка запеченная в молочном соусе	100	9,2	11,3	3,9	154,1	
Рис отварной	150	3,64	5,37	36,69	209,7	
Компот с изюмом + Витамин С	200	0,12	0,12	15,06	62,28	
Фрукт банан	170	0,66	0,38	9,84	70	
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						189,60

Зав. Столовой *Кашова*

Мед. Работник *Зинь*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ _____

Стоякова
Кашарова



МЕНЮ

« 8 » октября 2020г.



Полдник

Наименование блюда	Выход
Слойка с картофелем	110
Какао с молоком	200
Стоимость дня	35

Зав. Столовой *Кашарова*

Мед. Работник *Сидорова*

