



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



# МЕНЮ

« 9 » ноября 2020г.

## Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Каша жидкая рисовая молочная с маслом	250/5	2,61	9,9	28,23	180
Чай с лимоном	200/2	0,01	0,00	9,98	39,98
Хлеб пшеничный нарезной	20	1,12	0,22	11,58	47
Запеканка из творога со сгущенным молоком	80/10	15,00	6,00	19,86	227,45
Фрукт (Яблоко) 1 шт	150	0,95	0,20	23,20	104,00
<b>Стоимость дня</b>					<b>80</b>

Зав. Столовой Кашаева

Мед. Работник Линь





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



# МЕНЮ

« 9 » ноября 2020г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Завтрак</b>					
Горячий бутерброд с сыром	20/15	6,14	5,33	10,67	116,28
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом	200/10	4,4	6,13	27,88	204,8
Какао с молоком	200,00	3,8	4,54	18,58	119,05
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Фрукт яблоко	160	1	0	10	85
<b>Обед</b>					
Кукуруза консервированная	60	1,3	0,2	6,7	34,8
Суп овощной с мясом и сухариками	250/30/10	1,58	4,98	9,14	134,2
Филе рыбы "Морской замок"	90	19,68	8,24	2,43	152,38
Соус сметанно - томатный	50	2,2	3,1	0,5	47
Рис припущенный	150	4,7	5,2	38,42	209,53
Компот из ягод	200	0	0	18	77
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	25	1,57	0,2	10,62	45,39
<b>Итого</b>					<b>189,6</b>

Зав. Столовой Кочетов

Мед. Работник Якуш