



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ _____

Л.А. Комарова

 КОМАРОВА Л.А.
 ДОКУМЕНТОВ



МЕНЮ

«__12__» октября 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 сахаром	200	0,45	0,06	20,63	85,98
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Хлеб нарезной	25	1,12	0,22	11,58	55,25
Стоимость дня					80

Зав. Столовой *Комарова*

Мед. Работник *Дзюва*





УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU COШ _____

Томаров



МЕНЮ

«_12_»_октября_2020г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Завтрак						80,00
Бутерброд с маслом и повидлом	20/5/10	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	
Фрукт яблоко	180	0,66	0,38	9,84	70	
Обед						109,60
Нарезка из огурцов соленых	60	0,4	0,1	0,9	7,45	
Свекольник со сметаной	250/10	2,66	5,02	15,56	156	
Гуляш из мяса	110	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	
Итого						189,60

Зав. Столовой *Томаров*

Мед. Работник *Динь*



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOY COII

Паша
Комарова А.Б.



МЕНЮ

« 12 » октября 2020г.

Полдник

Наименование блюда	Выход
Слойка с сахаром	115
Компот из ягодной смеси	200
Стоимость дня	35

Зав. Столовой *Паша*

Мед. Работник *Паша*

