



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

*Полова  
 Комарова*



# МЕНЮ

« 13 » октября 2020г.

## Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.г	ЭЦ,ккал
Гречка по купечески	200	2,10	13,10	25,43	210,20
Запеканка из творога со сгущенным	75/10	15,00	6,00	19,86	227,45
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98
Хлеб нарезной	25	1,12	0,22	11,58	45,36
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,22	13,28	45,39
<b>Стоимость дня</b>					<b>80</b>

Зав. Столовой *Хасенов*

Мед. Работник *Дичев*





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

*Колмарова*



## МЕНЮ

«\_13\_» октября\_2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
<b>Завтрак</b>						80,00
Бутерброд с маслом и сыром	20/6/11	3,91	6,64	9,14	112,93	
Каша жидкая молочная пшеничная	200/10	5,9	6,5	23,75	185	
Кофейный напиток	200	3,09	2,54	21,15	119,82	
Фрукт (яблоко)	200	0,66	0,38	9,84	85	
Хлеб ржаной резанный	25	1,12	0,22	11,28	55,25	
<b>Обед</b>						109,60
Кукуруза консервированная	30	1,3	0,2	6,7	34,8	
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10/5	4,13	6,27	12,53	123,77	
Рыба запеченная	90	19,68	8,24	2,43	152,38	
Соус сметанно - томатный	30	2,2	3,05	0,53	47,22	
Пюре картофельное	150	3,25	4,7	22,01	143,76	
Компот из яблок + Витамин С	200	0,08	0,08	13,94	57,28	
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>Итого</b>						189,60

Зав. Столовой *Ташев*

Мед. Работник *Дашев*