



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



# МЕНЮ

« 13 » ноября 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 ржаной (нарезной)	25	1,12	0,22	11,58	56,70
Фрукт (яблоко) 1 шт	140,00	0,95	0,20	23,20	104,00
<b>Стоимость дня</b>					<b>80</b>

Зав. Столовой Хашов

Мед. Работник Яшиф





УТВЕРЖДАЮ  
Директор MAOU СОШ \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

« 13 » ноября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Завтрак</b>					
Бутерброд с маслом и повидлом	20/5/15	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 (яблоко) 1шт	100	0,66	0,38	9,84	70
<b>Обед</b>					
Нарезка из отварной свеклы	60	0,66	0,1	5,28	25,2
Суп Лагман с мясом и сметаной	250/25/10	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
0,00	0	0,66	0,38	9,84	70
Хлеб ржаной резанный	30	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный резанный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
<b>Стоимость дня</b>					<b>189,6</b>

Зав. Столовой Жаппова

Мед. Работник Димф