



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ _____



МЕНЮ

«_18_»_ноября_2020г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угле,г	ЭЦ,ккал
Нарезка из отварной свеклы	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 с молоком и сахаром	200	0,45	0,06	20,63	85,98
Хлеб пшеничный нарезной	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Хлеб ржаной (нарезной)	25	1,12	0,22	11,58	55,25
Стоимость дня					80

Зав. Столовой Хасинов

Мед. Работник Джусуп





УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ _____



МЕНЮ

« 18 » ноября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭШ,ккал
Завтрак					
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	147	0,66	0,38	9,84	70
Обед					
Нарезка из огурцов соленых	40	0,4	0,1	0,9	7,15
Свекольник со сметаной	250/5	2,66	5,02	15,56	156
Гуляш из мяса	100	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					189,6

Зав. Столовой Кашов

Мед. Работник _____