



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



# МЕНЮ

«   20   » ноября 2020г.

## Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Яйцо отварное	40	0,58	3,69	2,23	44,52
Фрикадельки в соусе	80/30	8,01	9,00	19,43	180,00
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,28	28,62	187,05
Чай из ягод	200	0,02	0,08	13,44	56,68
Фрукт (яблоко) 1 шт	145	0,95	0,20	23,20	104,00
Хлеб пшеничный нарезной	25	1,97	0,22	13,28	56,74
Хлеб ржаной (нарезной)	20	1,12	0,22	11,58	55,25
<b>Стоимость дня</b>					<b>80</b>

Зав. Столовой Хашов

Мед. Работник Линь





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



## МЕНЮ

« 20 » ноября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Завтрак</b>					
Горячий бутерброд с сыром	20/20	6,14	5,33	10,67	135
Каша жидкая молочная ячневая	200/10	5,2	6,9	27,2	250
Чай с сахаром и лимоном	200/2	0,01	0	9,98	39,98
Хлеб пшеничный резанный	30	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт яблоко	200				
<b>Обед</b>					
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
Суп "Солнечный день"	250/10/5	6,49	8,57	16,05	157,86
Мясные шарики в сырном соусе	90/50	15,97	11,83	19,43	180
Гречка рассыпчатая	150	6,34	5,28	28,62	208
Компот из ягод	200	0,02	0,08	13,44	56,68
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>					<b>189,6</b>

Зав. Столовой Кашова

Мед. Работник Гриф