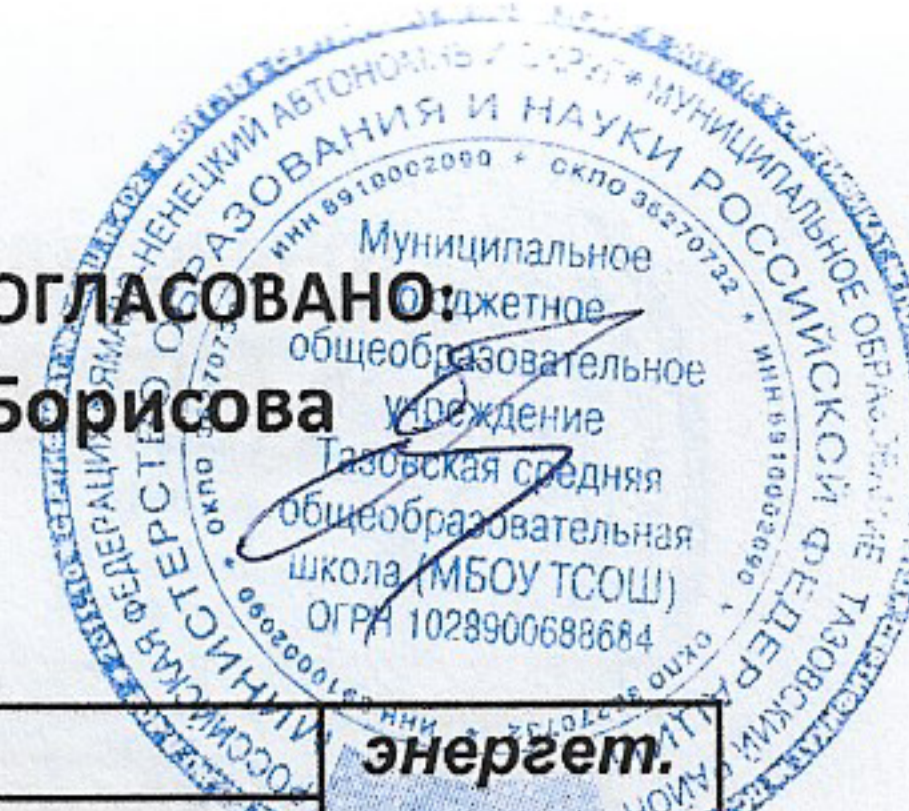


М Е Н Ю
19 ФЕВРАЛЯ

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова



по 5 дню п/м	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергет.
					ценность
с 7-10 лет					
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	3,7	4,5	8,2	88
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧ.ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,1	8,1	28,2	218
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ КИПЯЧЕНОЕ	200	6,4	6,2	12	129
МАНДАРИНЫ	170	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,7	0,2	6,6	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,2	5,4	28
ОБЕД					
НАРЕЗКА ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	80	0,3	3,9	7,6	67
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МАСЛОМ	80/5	13,3	7,3	4,1	135
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5	19,2	134
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТ"С"	200	0,7	0	18,5	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,6	1,1	28,9	152
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,9	0,4	17,5	81
с 11 лет и старше					
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	3,7	4,5	8,2	88
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧ.ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,1	8,1	28,2	218
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ КИПЯЧЕНОЕ	200	6,4	6,2	12	129
МАНДАРИНЫ	170	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,3	13,1	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,3	7,2	38
ОБЕД					
НАРЕЗКА ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	0,4	4,9	9,5	84
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МАСЛОМ	100/5	16,7	9,3	5,2	171
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	6,1	23,1	161
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТ"С"	200	0,7	0	18,5	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,6	1,1	28,9	152
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,8	0,6	26,2	122

шеф-повар

С.Р.ГАЛИЕВА

фельдшер

Г.Р.МОЖИНА