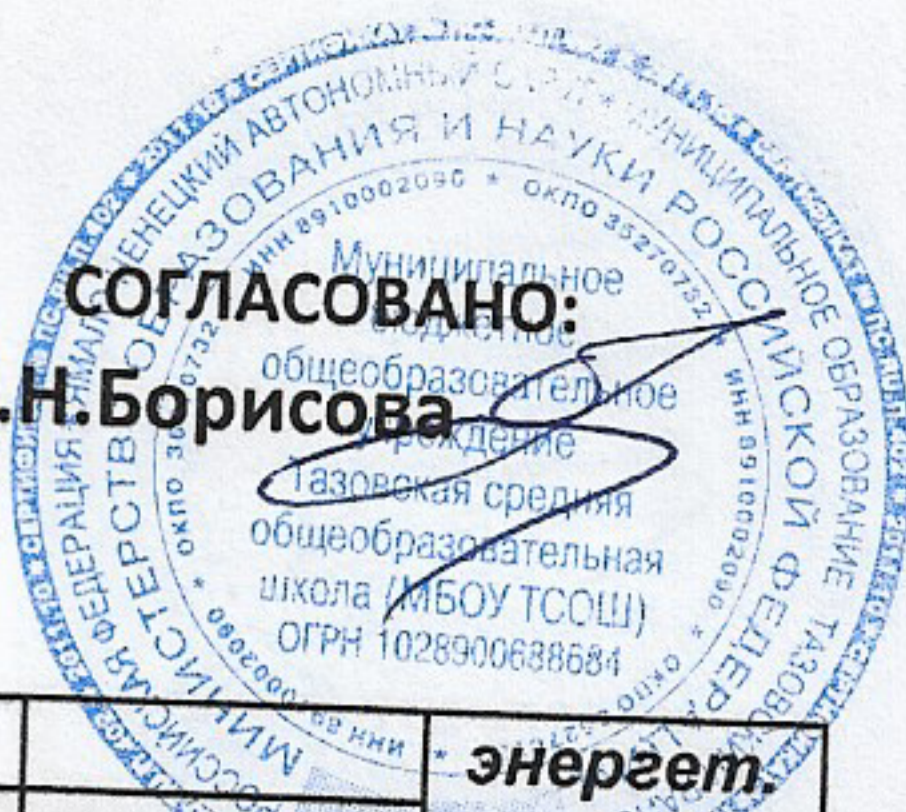


**Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова**  
**МЕНЮ**  
**22 ФЕВРАЛЯ**



по 8 дню п/м	масса порции				энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>с 7-10 лет</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ И МАСЛОМ	200/5	9,1	9,3	28,6	235
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	20,4	82
ПРЯНИКИ	40	1,9	3,7	17,6	111
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>ОБЕД</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	1,2	3,5	5,8	60
СУП ГОРОХОВЫЙ С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ	250/10	9,1	4,8	30,2	200
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	17,2	16,1	20,1	243
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД+ВИТ"С"	200	0,1	0	17,3	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,6	14,4	76
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>с 11 лет и старше</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ И МАСЛОМ	200/5	9,1	9,3	28,6	235
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	20,4	82
ПРЯНИКИ	55	2,4	4,7	22	140
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,9	0,2	8,7	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,4	10,8	57
<b>ОБЕД</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,5	4,4	7,3	75
СУП ГОРОХОВЫЙ С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ	250/10	9,1	4,8	30,2	200
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	17,2	16,1	20,1	243
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД+ВИТ"С"	200	0,1	0	17,3	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,9	0,8	21,7	114
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,8	0,6	26,2	122

шеф-повар

фельдшер

С.Р.ГАЛИЕВА

Г.Р.МОЖИНА