

Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова
МЕНЮ



2 АПРЕЛЯ

	масса порции				энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
с 7-10 лет ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	3,7	4,5	8,2	88
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧ.ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	6,6	8,6	27,2	213
ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
АПЕЛЬСИН	230	1,2	1,2	30,8	139
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,7	0,2	6,6	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,2	5,4	28
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	80	4	8	4,1	104
СОЛЯНКА СО СМЕТАНОЙ	250/30/5	6,1	6,4	9,8	121
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80/5	11,4	11,3	9,4	185
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,6	4,9	22,9	154
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С КЛЮКВОЙ+ВИТ"С"	200	0,2	0	25,6	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧ.ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	6,6	8,6	27,2	213
ЧАЙ САХАРОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
АПЕЛЬСИН	230	1,2	1,2	30,8	139
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,3	13,1	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,3	7,2	38
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,5	4,4	7,3	75
СОЛЯНКА СО СМЕТАНОЙ	250/30/5	6,1	6,4	9,8	121
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100/5	14,3	14,1	11,8	231
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,6	6,1	27,5	187
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С КЛЮКВОЙ+ВИТ"С"	200	0,2	0	25,6	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	2,5	0,4	10,8	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,9	0,4	17,5	81

шеф-повар

С.Р.ГАЛИЕВА

фельдшер

Г.Р.МОЖИНА