

МЕНЮ

Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова

СОГЛАСОВАНО:



3 АПРЕЛЯ

	масса порции				энергет. ценность
	белки	жиры	углеводы		
с 7-10 лет					
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/20	1,8	0,3	26,4	116
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	19,1	10,9	25,2	275
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
ПЕЧЕНЬЕ	40	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,5	0,1	4,4	20
ОБЕД					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	4	8	4,1	104
СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ С МЯСОМ	250/10	4,5	8,2	13,5	146
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	200	15,8	12,5	41,7	356
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД+ВИТ"С"	200	0,1	0	17,3	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,6	1,1	28,9	152
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,3	13,1	61
с 11 лет и старше					
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/20	1,8	0,3	26,4	116
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	22,5	12,8	29,7	324
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
ПЕЧЕНЬЕ	40	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,9	0,2	8,7	41
ОБЕД					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	5,1	9,9	5,1	130
СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ С МЯСОМ	250/10	4,5	8,2	13,5	146
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	250	17,8	13,5	45,7	376
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД+ВИТ"С"	200	0,1	0	17,3	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	8,2	1,4	36,1	190
ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	3,3	0,7	30,6	142

шеф-повар

С.Р.ГАЛИЕВА

фельдшер

Г.Р.МОЖИНА