

СОГЛАСОВАНО:
Зам.директора МБОУ ТСОШ И.В.Дарин

М Е Н Ю



11 Марта

по 1 дню п/м	масса порции	белки	жиры	углевод	энергет.
					ценность
с 7-10 лет ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200/5	7,8	8,1	22,6	195
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
ПРЯНИК	40	1,2	1,2	30,8	139
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,2	6,6	30
ОБЕД					
КАПУСТА КВАШЕННАЯ	80	0,5	0,2	3,4	17
СУП ВОЛНА	250/10	4,5	4,8	15,5	123
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	80/5	12,5	13,4	5	190
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА+ВИТ"С"	200	0,2	0	25,6	103
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	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200/5	7,8	8,1	22,6	195
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
ПРЯНИК	150	1,2	1,2	30,8	139
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	7,8	8,1	22,6	195
ОБЕД					
КАПУСТА КВАШЕННАЯ	100	0,6	0,2	4,2	21
СУП ВОЛНА	250/10	4,5	4,8	15,5	123
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	100/5	15,1	17,1	6,2	239
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА+ВИТ"С"	200	0,2	0	25,6	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	8,2	1,4	36,1	190
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,8	0,6	26,2	122

шеф-повар

С.Р.ГАЛИЕВА

фельдшер

Г.Р.МОЖИНА