

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова

М Е Н Ю

12 АПРЕЛЯ

с 7-10 лет ЗАВТРАК	масса	энергет. ценность			
	порции	белки	жиры	углеводы	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	19,1	10,9	25,2	275
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
АПЕЛЬСИНЫ	235	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,5	0,1	4,4	20
ОБЕД					
ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	80	1,2	3,5	5,8	60
УХА РЫБАЦКАЯ	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ПЛОВ С МЯСОМ	200	15,8	12,5	41,7	356
СОК	200	0,2	0	25,6	103
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 МАСЛОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	19,1	10,9	25,2	275
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
АПЕЛЬСИНЫ	235	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,9	0,2	8,7	41
ОБЕД					
ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	1,5	4,4	7,3	75
УХА РЫБАЦКАЯ	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ПЛОВ С МЯСОМ	250	17,8	13,5	45,7	376
СОК	200	0,2	0	25,6	103
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