

**М Е Н Ю**

**13 АПРЕЛЯ**

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ТСОШ О.Н. Борисова



	масса				энергетическая ценность
	порции	белки	жиры	углеводы	
<b>с 7-10 лет ЗАВТРАК</b>					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/20	1,8	0,3	26,4	116
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200/5	19,1	10,9	25,2	275
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
КОНФЕТА	20	1,9	3,7	17,6	111
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>ОБЕД</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	1,2	3,5	5,8	60
БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,2	5,1	10,7	110
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА С МАСЛОМ	80/5	8,2	13,5	0,7	157
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,1	3,8	33,1	183
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТ"С"	200	0,7	0	18,5	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,6	1,1	28,9	152
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>с 11 лет и старше ЗАВТРАК</b>					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/20	1,8	0,3	26,4	116
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200/5	19,1	10,9	25,2	275
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
КОНФЕТА	30	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>ОБЕД</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,5	4,4	7,3	75
БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,2	5,1	10,7	110
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА С МАСЛОМ	100/5	10,3	16,9	0,9	197
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	5	4,7	39,8	221
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТ"С"	200	0,7	0	18,5	77
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