

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова

М Е Н Ю

20 МАЯ



	масса порции				энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
с 7-10 лет					
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,5	6,2	30,2	211
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
МАНДАРИН	90	1,2	3,7	19,4	127
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,7	0,2	6,6	30
ОБЕД					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	80	6,9	0,3	10	70
ЩИ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,1	5,9	21	158
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ С МАСЛОМ	80/5	12,1	8,3	4,1	140
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,1	3,8	33,1	183
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД+ВИТ"С"	200	0,1	0	17,3	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,6	14,4	76
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 ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,5	6,2	30,2	211
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
МАНДАРИН	90	1,2	3,7	19,4	127
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,9	0,2	8,7	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,4	10,8	57
ОБЕД					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	8,6	0,4	12,5	88
БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,1	5,9	21	158
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ С МАСЛОМ	100/5	12,1	8,3	4,1	140
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	5	4,7	39,8	221
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД+ВИТ"С"	200	0,1	0	17,3	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,9	0,8	21,7	114
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,8	0,6	26,2	122

шеф-повар

С.Р.ГАЛИЕВА

фельдшер

Г.Р.МОЖИНА