

Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова
МЕНЮ

21 МАЯ



с 7-10 лет ЗАВТРАК	масса				энергет. ценность
	порции	белки	жиры	углеводы	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/20	1,8	0,3	26,4	116
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	19,1	10,9	25,2	275
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
ПРЯНИКИ	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 С МЯСОМ	250/10	4,5	8,2	13,5	146
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	250	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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	19,1	10,9	25,2	275
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0	15,2	61
ПРЯНИКИ	55	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 С МЯСОМ	250/10	4,5	8,2	13,5	146
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	300	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

фельдшер

С.Р.ГАЛИЕВА

Г.Р.МОЖИНА