

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ТСОШ О.Н.Борисова

МЕНЮ



24 АПРЕЛЯ

	масса	белки	жиры	углеводы	энергет. ценность
	порции				
с 7-10 лет					
ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	9,1	9,3	28,6	235
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	20,4	82
МАНДАРИНЫ	115	1,2	1,2	30,8	139
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,7	0,2	6,6	30
ОБЕД					
ПОМИДОРЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	80	4	8	4,1	104
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И МЯСОМ	250/10	9,1	4,8	30,2	200
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	17,2	16,1	20,1	243
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА+ВИТ"С"	200	0,2	0,1	29,1	118
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 ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	9,1	9,3	28,6	235
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	20,4	82
МАНДАРИНЫ	115	1,2	1,2	30,8	139
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,9	0,2	8,7	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,4	10,8	57
ОБЕД					
ПОМИДОРЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	100	5,1	9,9	5,1	130
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И МЯСОМ	250/10	9,1	4,8	30,2	200
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	17,2	16,1	20,1	243
КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА+ВИТ"С"	200	0,2	0,1	29,1	118
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,9	0,8	21,7	114
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,8	0,6	26,2	122

шеф-повар

фельдшер

С.Р.ГАЛИЕВА

Г.Р.МОЖИНА