



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ТСОШ О.Н. Борисова

МЕНЮ

19 марта

	масса порции				Энергет. ценность
		Белки	жиры	углевод	
с 7-10 лет ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,1	8,6	27,8	221
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
ПЕЧЕНЬЕ	40	1,9	3,7	17,6	111
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,7	0,2	6,6	30
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ	80	1,3	4	4,7	60
СУП ЩИ С МЯСОМ	250/5/10	5,2	5,1	10,7	110
МАКАРОНЫ С МАСЛОМ	200	11,5	13,5	16,2	232
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ С МАСЛОМ	80/5	12,1	8,3	4,1	140
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,6	14,4	76
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,3	13,1	61
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ+ВИТАМИН С					
с 11 лет и старше ЗАВТРАК					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	1,6	7,4	10	114
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	8,1	8,6	27,8	221
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,9	3,7	19,4	127
ПЕЧЕНЬЕ	40	2,2	0,2	26,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,9	0,2	8,7	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,4	10,8	57
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ	100	1,6	5	5,9	75
СУП ЩИ С МЯСОМ	250/5/10	5,2	5,1	10,7	110
МАКАРОНЫ С МАСЛОМ	300	23,3	21,4	19,7	365
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ С МАСЛОМ	100/5	12,1	8,3	4,1	140
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,6	1,1	28,9	152
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,8	0,6	26,2	122
КОМПОТ ИЗ СУХОВРУКТОВ +ВИТАМИН С					

Шеф-повар

фельдшер

С.Р.ГАЛИЕВА *С.Р. Галиева*

Г.Р.МОЖИНА