

МЕНЮ

Солн 43

24-12-22

вторник

2

Наименование и номер школы № _____
 Дата _____
 День: _____
 Неделя: _____
 Номер дня недели: _____ 7
 Возрастная категория: _____ 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
		60	46,70
1.	Салат из белокочанной капусты	175	216,52
2.	Рагу из птицы	200	158,84
3.	Кисель из сока плодового	25	57,52
4.	Хлеб ржаной	40	94,10
5.	Хлеб пшеничный	200	114,40
6.	Напиток кисломолочный		
ОБЕД			
		60	5,45
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	200	106,76
2.	Борщ с капустой и картофелем	90	129,50
3.	Шницель рыбный натуральный	150	231,00
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	200	119,10
5.	Компот из яблок	60	141,15
6.	Хлеб пшеничный	20	40,96
7.	Хлеб ржаной		
ПОЛДНИК			
		110	124,1
1.	Лапшевник запеченный	200	88
2.	Компот из свежих плодов	65	121,6
3.	Пирожки с повидлом		
4.			
5.			
6.			
7.			

Директор МБОУ СОШ № 3



Алла Мезенко

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"

Е. Зенкина СЗ

