

меню

Наименование и номер школы № _____

Дата _____

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: _____ 11

Возрастная категория: _____ 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
		60	84,50
1.	Салат из моркови с яблоком	160	341,88
2.	Пудинг из творога запеченный	30	63,54
3.	Сгущенное молоко	200	118,69
4.	Кофейный напиток с молоком	20	47,05
5.	Хлеб пшеничный	120	55,50
6.	Яблоко		
ОБЕД			
		60	51,62
1.	Салат из квашенной капусты	200	133,1
2.	Суп картофельный с клецками	100	128,58
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	150	209,00
4.	Каша рисовая с морковью	100	252,54
5.	Шарлотка с яблоками	200	131,49
6.	Компот из смеси сухофруктов	40	94,10
7.	Хлеб пшеничный	40	81,92
8.	Хлеб ржаной		
ЗАВТРАК			
		100	140,83
1.	Салат из моркови с яблоком	200	427,35
2.	Пудинг из творога запеченный	30	63,54
3.	Сгущенное молоко	200	118,69
4.	Кофейный напиток с молоком	40	94,10
5.	Хлеб пшеничный		
ОБЕД			
		100	86,03
1.	Салат из квашенной капусты	250	133,1
2.	Суп картофельный с клецками	100	128,58
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	180	250,80
4.	Каша рисовая с морковью	100	252,54
5.	Шарлотка с яблоками	200	131,49
6.	Компот из смеси сухофруктов	60	141,15
7.	Хлеб пшеничный	40	81,92
8.	Хлеб ржаной		

Директор МБОУ СОШ № 3

Т. Лабина



А.И. Мозесов

Зав. производством ООО "Формула вкуса"

