



Директор школы: *Мель* Т.В.Неупокова

**Меню на 06 октября**  
**Завтрак 5 день**

<b><u>Блюда</u></b>	<b>Вес порций</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энергетическая ценность</b>
<b><u>6-10 лет</u></b>					
Огурцы соленые	50	0,55	0,1	1,9	12
Жаркое по-домашнему	250	25,92	28,94	26,53	315
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	13,56	60,3
Чай с лимоном	200	0,2	0	30,4	122
<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>28,71</b>	<b>31,43</b>	<b>72,39</b>	<b>509,3</b>
<b><u>11-18 лет</u></b>					
Огурцы соленые	60	0,66	0,12	2,28	13,2
Жаркое по-домашнему	280	25,92	28,94	26,53	472
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	13,56	60,3
Чай с лимоном	200	0,2	0	30,4	122
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>28,82</b>	<b>29,45</b>	<b>72,77</b>	<b>667,5</b>

**Обед**

<b><u>Блюда</u></b>	<b>Вес порций</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энергетическая ценность</b>
<b><u>6-10 лет</u></b>					
Кукуруза консервированная	60	0,76	6,09	2,38	67,3
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	9,83	8,88	16,8	169,34
Котлета мясная, соус	100/50	10,25	10,9	12,3	217
Макароны отварные	180	7,28	7,71	40,61	260,95
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,3
<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>32,86</b>	<b>34,45</b>	<b>131,22</b>	<b>967,99</b>
<b><u>11-18 лет</u></b>					
Кукуруза консервированная	60	0,76	6,09	2,38	67,3
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	9,83	8,88	16,8	169,34
Котлета мясная, соус	100/50	10,25	10,9	12,3	217
Макароны отварные	180	7,28	7,71	40,61	260,95
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,3
<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>32,86</b>	<b>34,45</b>	<b>131,22</b>	<b>967,99</b>

Составил зав. производством:

Шмидская М.С.

*Шмид*