

Директор школы:  Т.В. Неупокоева

Меню на 08 октября
Завтрак 6 день



<u>Блюда</u>	Вес порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
<u>6-10 лет</u>					
Творожная запеканка со сгущенным молоком	180/50	36,4	26,3	48,1	569
Чай с сахаром	200	12	3,06	13	49,3
Фрукт	150	0,8	0,2	7,5	38
Итого:	530	49,2	29,56	68,6	656,3
<u>11-18 лет</u>					
Творожная запеканка со сгущенным молоком	200/50	36,4	26,3	48,1	569
Чай с сахаром	200	12	3,06	13	49,3
Фрукт	150	0,8	0,2	7,5	38
Итого:	550	49,2	29,56	68,6	656,3

Обед

<u>Блюда</u>	Вес порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
<u>6-10 лет</u>					
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	7,29	72,9
Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	5,25	6,5	10,37	139,25
Плов с мясом курицы	250	24	23,1	41,8	475
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,6
Итого:	810	35,98	34,5	106,78	892,55
<u>11-18 лет</u>					
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	7,29	72,9
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	5,25	6,5	10,37	139,25
Плов с мясом курицы	280	24	23,1	41,8	475
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,6
Итого:	890	35,98	34,5	106,78	892,55

Составил зав. производством:

Шмидская М.С.

