

Директор школы:

Т.В.Неупокоева

Меню на 22 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.*