

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 18 ш. Октябрьской

Дата 4 мая 2022


День: _____

Неделя: _____ 1

Номер дня недели: _____ 2

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

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из свеклы отварной		
2.	Биточки рубленые из птицы под соусом	60	55,89
3.	Каша вязкая пшеничная	90	170,76
4.	Чай черный с сахаром	150	219,00
5.	Хлеб пшеничный	200	60,46
6.	Хлеб ржаной	25	58,81
7.	Кефир 2,5%	25	57,52
		100	57,2
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые	60	5,45
2.	Суп с крупой и томатом	200	67,03
3.	Зразы рыбные рубленые с яйцом	90	228,00
4.	Картофель отварной	150	126,80
5.	Яблоко	120	76,60
6.	Компот из яблок	200	119,10
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	20	40,96
ЗАВТРАК			
1.	Салат из свеклы отварной	100	93,15
2.	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	189,74
3.	Каша вязкая пшеничная	180	262,80
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	50	117,62
6.	Хлеб ржаной	40	92,03
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые	100	9,08
2.	Суп с крупой и томатом	250	83,79
3.	Зразы рыбные рубленые с яйцом	100	253,00
4.	Картофель отварной	180	152,16
5.	Компот из яблок	200	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 18 ш. Октябрьской  Варакешина И.Ю.



Зав. производством ООО "Формула вкуса"



Контрольное
блюдо.

