

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 18 см. Шевченко

Дата 25.10.22

День: \_\_\_\_\_

Неделя: \_\_\_\_\_ 1

Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 2

Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Салат из белокочанной капусты	100	77,83
2.	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	189,74
3.	Каша вязкая пшенная	180	262,80
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	50	117,62
6.	Хлеб ржаной	40	92,03
7.			
<b>ОБЕД</b>			
1.	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые)	100	9,08
2.	Суп с крупой и томатом	250	83,79
3.	Зразы рыбные рубленые	100	253,30
4.	Картофель отварной	180	152,16
5.	Сыр порциями	20	68,68
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
7.	Хлеб пшеничный	60	141,15
8.	Хлеб ржаной	40	81,92
9.			
<b>ПОЛДНИК</b>			
1.	Омлет натуральный	200	277,42
2.	Бутерброд с маслом сливочным	30	40
3.	Чай с сахаром	200	60,46
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			

Директор МБОУ СОШ № 18

*А.А. Водопьянова*

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"



Контрольное  
блюдо.

