

МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ №18

Дата 20.10.22

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: 9

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

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Зразы рыбные рубленые	90	178,00
3.	Картофель отварной	150	126,80
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52

ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Суп гороховый	200	183,2
3.	Фрикадельки из кур	90	244,00
4.	Макароны отварные с овощами	150	149,31
5.	Фруктовый чай	200	61,80
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	40	81,92
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40

ПОЛДНИК			
1.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	200,1
2.	Сок фруктовый	200	80,96
3.			
4.			
5.			
6.			

ОБЕД			
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			

Директор МБОУ СОШ № 18

Вараксина Л.А.

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 18

Дата 20.10.20

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: 10

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая		
2.	Зразы рыбные рубленые	100	89,28
3.	Картофель отварной	100	253,30
4.	Фруктовый чай	180	152,16
5.	Хлеб ржаной	200	61,80
6.	Хлеб пшеничный	40	57,52
		60	141,15

ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный"	100	69,13
2.	Суп гороховый	250	229,00
3.	Фрикадельки из кур	100	272,00
4.	Макароны отварные с овощами	180	179,17
5.	Сок фруктовый	200	84,80
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	50	81,92
8.			

ПОЛДНИК			
1.	Сок фруктовый	200	80,96
2.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	200,1
3.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
4.			
5.			
6.			

1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			

Директор МБОУ СОШ № 18



Владислав А. А.

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"



Контрольное
блюдо.

