

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3

Дата 4.12.2021

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: _____ 12

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

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Яйцо отварное	1	63,00
2.	Каша "Дружба" молочная	200	251,11
3.	Чай черный с сахаром	200	60,46
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Яблоко свежее	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	22,20
2.	Щи из квашенной капусты	200	71,8
3.	Печень по-строгановски	100	171,20
4.	Картофельное пюре	150	138,61
5.	Яблоко свежее	120	55,50
6.	Сок фруктовый	200	84,80
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	40	81,92
ЗАВТРАК			
1.	Яйцо отварное	1	63,00
2.	Каша "Дружба" молочная	250	291,39
3.	Чай черный с сахаром	200	60,46
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Яблоко свежее	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	37,00
2.	Щи из квашенной капусты	250	89,75
3.	Печень по-строгановски	120	205,44
4.	Картофельное пюре	180	166,33
5.	Яблоко свежее	120	55,50
6.	Сок фруктовый	200	84,80
7.	Хлеб пшеничный	60	141,15
8.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № _____



С.И. Мерзлова

Зав. производством ООО "Формула вкуса" _____



Юлия Юрьевна ШВ