

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 3

Дата 7.02.2022г

День: \_\_\_\_\_

Неделя: \_\_\_\_\_ 1

Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 1

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

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Омлет с сыром	160	347,64
3.	Какао с молоком	200	118,52
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	25	57,52
6.	Яблоко свежее	120	55,50
<b>ОБЕД</b>			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Борщ с картофелем и сметаной	200	120,26
3.	Плов с мясом	180	390,68
4.	Кефир 2,5%	100	57,2
5.	Сок фруктовый	200	84,80
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	40	81,92
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Омлет с сыром	200	463,52
3.	Какао с молоком	200	118,52
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Хлеб ржаной	45	103,54
<b>ОБЕД</b>			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	150,33
3.	Плов с мясом	230	472,93
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

*И.В. Николаева*



Зав. производством ООО "Формула вкуса" \_\_\_\_\_

*И.В. Николаева*

