

МЕНЮ



Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 20

Дата 17.08.21

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: _____ 8

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

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	горошек зеленый консервиров.	60	66,9
2.	омлет с сыром	170	221,43
3.	хлеб пшеничный	40	94,00
4.	хлеб ржаной	20	40,20
5.	чай с лимоном	200	60,54
6.	кисломолочный продукт	180	101,268
ОБЕД			
1.	помидор свежий	60	38,80
2.	суп лапша домашняя	250	132,00
3.	печень по-строгановски	100	206
4.	рис отварной с овощами	150	214,73
5.	хлеб пшеничный	50	117,5
6.	хлеб ржаной	30	60,3
7.	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79
8.	фрукты свежие (по сезону)	100	55,5
ЗАВТРАК			
1.	горошек зеленый консервиров.	100	111,5
2.	омлет с сыром	200	260,51
3.	хлеб пшеничный	50	117,5
4.	хлеб ржаной	25	50,25
5.	чай с лимоном	200	60,54
6.	кисломолочный продукт	180	101,268
ОБЕД			
1.	помидор свежий	100	64,66
2.	суп лапша домашняя	300	158,4
3.	печень по-строгановски	100	206
4.	рис отварной с овощами	200	286,30
5.	хлеб пшеничный	70	185,5
6.	хлеб ржаной	50	100,5
7.	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79
8.	фрукты свежие (по сезону)	100	55,5

Директор МБОУ СОШ № И.И. Перцева

Зав. производством ООО "Формула вкуса" Алексей Милина Д.А.

