

# МЕНЮ



Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 20  
 Дата 19.08.21  
 День: Пятница  
 Неделя: \_\_\_\_\_ 2  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 10  
 Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	масло сливочное порционное	10	77
2.	запеканка творожно-яблочная с повидлом 150/40	200	214,52
3.	хлеб пшеничный	40	94,00
4.	хлеб ржаной	20	40,20
5.	чай с сахаром	200	61,62
6.	мороженое	100	232,00
<b>ОБЕД</b>			
1.	помидор свежий	60	38,80
2.	рассольник ленинградский	250	134,18
3.	рыба тушеная в томате с овощами	120	215,83
4.	картофель отварной	150	154,77
6.	хлеб пшеничный	50	117,5
7.	хлеб ржаной	30	60,3
8.	сок (нектар) фруктовый	200	85,9
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	масло сливочное порционное	10	77
2.	запеканка творожно-яблочная с повидлом 150/40	250	270,97
3.	хлеб пшеничный	50	117,5
4.	хлеб ржаной	25	50,25
5.	чай с сахаром	200	61,62
6.	мороженое	100	232,00
<b>ОБЕД</b>			
1.	помидор свежий	100	64,66
2.	рассольник ленинградский	300	161,02
3.	рыба тушеная в томате с овощами	140	251,80
4.	картофель отварной	200	206,36
6.	хлеб пшеничный	70	185,5
7.	хлеб ржаной	50	100,5
8.	сок (нектар) фруктовый	200	85,9

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_



*И.Ю. Попова*

Зав. производством ООО \_\_\_\_\_

*Алексей Александрович*