

МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 20
 Дата 15 июня 2021
 День: вторник
 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
ЗАВТРАК			
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.	кондитерское изделие	25	85,25
ОБЕД			
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
ЗАВТРАК			
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.	кондитерское изделие	25	85,25
ОБЕД			
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 № 20



И.Ю. Коротков

Маша Р.А.

Зав. производством ООО "Формула вкуса"