

МЕНЮ

Наименование и номер школы № МБОУ СОШ № 20
 Дата 21 июня 2021
 День: понедельник
 Неделя: 3
 Номер дня недели: 14
 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.	сырники творожные с морковью <i>запеканка творог.</i>	180	184,52
3.	сметанный соус сладкий	30	23,20
4.	хлеб пшеничный	40	94,00
5.	хлеб ржаной	20	40,20
6.	чай с лимоном	200	60,54
7.	сдоба	50	170,5
ОБЕД			
1.	помидор свежий	60	38,80
2.	суп картофельный с бобовыми	250	115,45
3.	Биточки рубленые из птицы под соусом	90	170,76
4.	макароны отварные	150	160,86
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.	кондитерское изделие	25	85,25
ЗАВТРАК			
1.	масло сливочное порционное	10	77
2.	сырники творожные с морковью	210	191,94
3.	сметанный соус сладкий	30	23,20
4.	хлеб пшеничный	50	117,5
5.	хлеб ржаной	25	50,25
6.	чай с лимоном	200	60,54
7.	сдоба	50	170,5
ОБЕД			
1.	помидор свежий	100	64,66
2.	суп картофельный с бобовыми	300	138,54
3.	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	189,74
4.	макароны отварные	200	214,48
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.	кондитерское изделие	25	85,25

Директор МБОУ СОШ № 20



И. Ю. Степанова

Зав. производством ООО "Формула вкуса"

Мещерякова М.А.