

Утверждаю

Директор



Т.П. Пупенкова

Меню – 07 сентября

Наименование блюда	7-11 лет		12 лет и старше	
	Выход блюдо	ЭЦ (ккал)	Выход блюдо	ЭЦ (ккал)
завтрак				
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	210	312	210	312
Яйцо вареное	1 шт.	63	1 шт.	63
Бутерброд с маслом слив. и сыром	30/10/20	208	40/10/30	278
Кофейный напиток с молоком сгущ.	200	113	200	113
Батон	30	78	40	104
Фрукты свежие (груша)	1 шт.	38	1 шт.	38
2-й завтрак				
Сок фруктовый	200	31	200	31
Батон	20	52	30	78
обед				
Салат из свеклы с зел.гор.	70	51	100	73
Суп крестьянский с крупой	250	76	300	86
Гуляш из отварного мяса	100	164	100	164
Макароны отварн. с маслом слив.	160	119	190	139
Компот из сухофруктов	200	133	200	133
Хлеб ржаной	40	79	60	118
полдник				
Булочка школьная	100	343	100	343
Молоко кипяченое	200	89	200	89
ужин				
Огурцы.	50	6	50	6
Тефтели с рисом	120	142	120	142
Капуста тушеная	200	154	200	154
Чай с сахаром	200/10	60	200/10	60
Хлеб ржаной/батон	40/20	131	60/30	196
2-й ужин				
Кисломолочный напиток	150	75	180	90
Батон	50	130	50	130

М/с диет. Заяд

Шеф-повар Карл