

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 28
 Дата 12.07.2012
 День: 6
 Неделя: _____
 Номер дня недели: _____ 2
 Возрастная категория: 6
7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность б
ЗАВТРАК			
1.	масло сливочное порционное		
2.	сырники творожные с морковью	10	77
3.	сметанный соус сладкий	180	184,52
4.	хлеб пшеничный	30	23,20
5.	хлеб ржаной	40	94,00
6.	чай с лимоном	20	40,20
7.	фрукты свежие (по сезону)	200	60,54
		100	55,5
ОБЕД			
1.	помидор свежий		
2.	суп картофельный с клецками	60	38,80
3.	рыба тушеная в томате с овощами	250	149,08
4.	пюре картофельное	120	215,83
5.	хлеб пшеничный	150	163,50
6.	хлеб ржаной	50	117,5
7.	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	30	60,3
		200	113,79
ИТОГО:			100,29 Р

ЗАВТРАК			
1.	масло сливочное порционное		
2.	сырники творожные с морковью	10	77
3.	сметанный соус сладкий	210	201,94
4.	хлеб пшеничный	30	23,20
5.	хлеб ржаной	50	117,5
6.	чай с лимоном	25	50,25
7.	фрукты свежие (по сезону)	200	60,54
		100	55,5
ОБЕД			
1.	помидор свежий		
2.	суп картофельный с клецками	100	64,66
3.	рыба тушеная в томате с овощами	300	178,90
4.	пюре картофельное	140	251,80
5.	хлеб пшеничный	200	218
6.	хлеб ржаной	70	185,5
7.	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	50	100,5
		200	113,79
ИТОГО:			118,09 Р

Директор МБОУ СОШ № 28

118,09 Р

ИП Ушаков А.О.

