

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 28
 Дата 21-07-21
 День: 3
 Неделя: _____
 Номер дня недели: 13
 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		
2.	каша молочная "Боярская" с изюмом	10	77
3.	хлеб пшеничный	200	189,20
4.	хлеб ржаной	40	94,00
5.	кофейный напиток с молоком	20	40,20
6.	фрукты свежие (по сезону)	200	115,0
		100	55,5
ОБЕД			
1.	огурец свежий		
2.	суп картофельный с клецками	60	38,80
3.	голубцы ленивые	250	178,90
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	100	154,89
5.	хлеб пшеничный	200	149,08
6.	хлеб ржаной	50	117,5
7.	сок (нектар) фруктовый	30	60,3
		200	85,9
ИТОГО:			100,29 Р
ЗАВТРАК			
1.	масло сливочное порционное		
2.	каша молочная "Боярская" с изюмом	10	77
3.	хлеб пшеничный	250	215
4.	хлеб ржаной	50	117,5
5.	кофейный напиток с молоком	25	50,25
6.	фрукты свежие (по сезону)	200	115,0
		100	55,5
ОБЕД			
1.	огурец свежий		
2.	суп картофельный с клецками	100	64,66
3.	голубцы ленивые	300	178,90
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	100	154,89
5.	хлеб пшеничный	200	231,00
6.	хлеб ржаной	70	185,5
7.	сок (нектар) фруктовый	50	100,5
		200	85,9
ИТОГО:			118,09 Р

Директор МБОУ СОШ № 28

ИП Ушаков А.О.

