

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 28
 Дата 22.07.2012
 День: 14
 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 | 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 |
| ИТОГО: | | | 100,29 Р |
| 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 |
| ИТОГО: | | | 118,09 Р |

Директор МБОУ СОШ № 28

ИП Ушаков А.О.

