

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 15  
 Дата 13.10.2021  
 День: среда  
 Неделя: \_\_\_\_\_ 1  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 2  
 Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Салат из свеклы отварной		
2.	Биточки рубленые из птицы под соусом	60	55,89
3.	Каша вязкая пшеничная	90	170,76
4.	Чай, черный с сахаром	150	219,00
5.	Хлеб пшеничный	200	60,46
6.	Хлеб ржаной	25	58,81
7.	Кефир 2,5%	25	57,52
		100	57,2
<b>ОБЕД</b>			
1.	Овощи натуральные соленые		
2.	Суп с крупой и томатом	60	5,45
3.	Рыба запеченная под молочным соусом	200	67,03
4.	Картофель отварной	90	148,39
5.	Яблоко	150	126,80
6.	Компот из яблок	120	76,60
7.	Хлеб пшеничный	200	119,10
8.	Хлеб ржаной	40	94,10
		20	40,96
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Салат из свеклы отварной		
2.	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	93,15
3.	Каша вязкая пшеничная	100	189,74
4.	Чай черный с сахаром	180	262,80
5.	Хлеб пшеничный	200	60,46
6.	Хлеб ржаной	50	117,62
		40	92,03
<b>ОБЕД</b>			
1.	Овощи натуральные соленые		
2.	Суп с крупой и томатом	100	9,08
3.	Рыба запеченная под молочным соусом	250	83,79
4.	Картофель отварной	100	164,88
5.	Компот из яблок	180	152,16
6.	Хлеб пшеничный	200	119,10
7.	Хлеб ржаной	60	141,15
		40	81,92

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_



г. производство ООО "Формула вкуса"