

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 15  
 Дата 19.10.2021  
 День: сентябрь  
 Неделя: \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_  
 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 с огурцами солеными   | 60              | 22,20        |
| 2.             | Шницель мясной рубленый               | 90              | 191,86       |
| 3.             | Макаронные изделия отварные с овощами | 170             | 172,50       |
| 4.             | Чай с лимоном                         | 200             | 61,50        |
| 5.             | Хлеб пшеничный                        | 25              | 58,81        |
| 6.             | Хлеб ржаной                           | 25              | 57,52        |
| 7.             | Кондитерское изделие                  | 15              | 95,75        |
| <b>ОБЕД</b>    |                                       |                 |              |
| 1.             | Салат "Витаминный"                    | 60              | 41,48        |
| 2.             | Рассольник                            | 200             | 101,81       |
| 3.             | Голубцы ленивые                       | 90              | 121,4        |
| 4.             | Каша ячневая со сливочным маслом      | 150             | 231          |
| 5.             | Яблоко свежее/сок фруктовый           | 120/200         | 55,5/84,8    |
| 6.             | Хлеб пшеничный/хлеб ржаной            | 40/20           | 94,1/40,9    |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                       |                 |              |
| 1.             | Салат из свеклы с огурцами солеными   | 100             | 37,00        |
| 2.             | Шницель мясной рубленый               | 100             | 213,18       |
| 3.             | Макаронные изделия отварные с овощами | 200             | 202,94       |
| 4.             | Чай с лимоном                         | 200             | 61,50        |
| 5.             | Хлеб пшеничный                        | 40              | 94,10        |
| 6.             | Хлеб ржаной                           | 40              | 57,52        |
| 7.             | Кондитерское изделие                  | 25              | 159,58       |
| <b>ОБЕД</b>    |                                       |                 |              |
| 1.             | Салат "Витаминный"                    | 100             | 69,13        |
| 2.             | Рассольник                            | 250             | 127,26       |
| 3.             | Голубцы ленивые                       | 100             | 134,89       |
| 4.             | Каша ячневая со сливочным маслом      | 180             | 277,2        |
| 5.             | Яблоко свежее                         | 120             | 55,5         |
| 6.             | Сок фруктовый                         | 200             | 84,8         |
| 7.             | Хлеб пшеничный                        | 60              | 141,15       |
| 8.             | Хлеб ржаной                           | 40              | 81,92        |

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Зав. производством ООО "Формула вкуса" \_\_\_\_\_

