

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 15
 Дата 22.10.21
 День: пятница
 Неделя: _____
 Номер дня недели: 11 2
 Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком		
2.	Пудинг из творога запеченый		
3.	Сгущенное молоко	60	84,50
4.	Кофейный напиток с молоком	160	341,88
5.	Хлеб пшеничный	30	63,54
6.	Яблоко	200	118,69
		20	47,05
		120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты		
2.	Суп картофельный с клецками		
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	60	51,62
4.	Каша рисовая с морковью	200	133,1
5.	Шарлотка с яблоками	100	128,58
6.	Компот из смеси сухофруктов	150	209,00
7.	Хлеб пшеничный	100	252,54
8.	Хлеб ржаной	200	131,49
		40	94,10
		40	81,92
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком		
2.	Пудинг из творога запеченый		
3.	Сгущенное молоко	100	140,83
4.	Кофейный напиток с молоком	200	427,35
5.	Хлеб пшеничный	30	63,54
		200	118,69
		40	94,10
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты		
2.	Суп картофельный с клецками		
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	86,03
4.	Каша рисовая с морковью	250	133,1
5.	Шарлотка с яблоками	100	128,58
6.	Компот из смеси сухофруктов	180	250,80
7.	Хлеб пшеничный	100	252,54
8.	Хлеб ржаной	200	131,49
		60	141,15
		40	81,92



МОУ СОШ №

подготовлено ООО "Формула вкуса"

