

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 15
 Дата 07.12.2021
 День: вторник
 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 |
|----------------|--------------------------------------|-----------------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Салат из свеклы отварной | 60 | 55,89 |
| 2. | Биточки рубленые из птицы под соусом | 90 | 170,76 |
| 3. | Каша вязкая пшенная | 150 | 219,00 |
| 4. | Чай черный с сахаром | 200 | 60,46 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 25 | 58,81 |
| 6. | Хлеб ржаной | 25 | 57,52 |
| 7. | Кефир 2,5% | 100 | 57,2 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Овощи натуральные соленые | 60 | 5,45 |
| 2. | Суп с крупой и томатом | 200 | 67,03 |
| 3. | Рыба запеченная под молочным соусом | 90 | 148,39 |
| 4. | Картофель отварной | 150 | 126,80 |
| 5. | Яблоко | 120 | 76,60 |
| 6. | Компот из яблок | 200 | 119,10 |
| 7. | Хлеб пшеничный | 40 | 94,10 |
| 8. | Хлеб ржаной | 20 | 40,96 |
| ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Салат из свеклы отварной | 100 | 93,15 |
| 2. | Биточки рубленые из птицы под соусом | 100 | 189,74 |
| 3. | Каша вязкая пшенная | 180 | 262,80 |
| 4. | Чай черный с сахаром | 200 | 60,46 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 50 | 117,62 |
| 6. | Хлеб ржаной | 40 | 92,03 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Овощи натуральные соленые | 100 | 9,08 |
| 2. | Суп с крупой и томатом | 250 | 83,79 |
| 3. | Рыба запеченная под молочным соусом | 100 | 164,88 |
| 4. | Картофель отварной | 180 | 152,16 |
| 5. | Компот из яблок | 200 | 119,10 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 60 | 141,15 |
| 7. | Хлеб ржаной | 40 | 81,92 |

Директор МБОУ СОШ № 15



Зав. производством ООО «Формула вкуса»

