

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 29
 Дата 21.04.2022
 День: четверг
 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 |
|----------------|---------------------------------------|-----------------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 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 |
| ОБЕД | | | |
| 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 |
| ЗАВТРАК | | | |
| 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 |
| ОБЕД | | | |
| 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 № 29 Иванов Л. А. Усова

Зав. производством ООО "Формула вкуса"

