

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 29 им. Е.Д. Бершанской

Дата 08.09.2022

День: четверг

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: _____ 10

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше _____

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Калорийность |
|----------------|--------------------------------|-----------------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Икра кабачковая | 100 | 89,28 |
| 2. | Зразы рыбные рубленные | 100 | 253,30 |
| 3. | Картофель отварной | 180 | 152,16 |
| 4. | Фруктовый чай | 200 | 61,80 |
| 5. | Хлеб ржаной | 40 | 57,52 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 60 | 141,15 |

| | | | |
|-------------|-----------------------------|-----|--------|
| ОБЕД | | | |
| 1. | Салат "Витаминный" | 100 | 69,13 |
| 2. | Суп гороховый | 250 | 229,00 |
| 3. | Фрикадельки из кур | 100 | 272,00 |
| 4. | Макароны отварные с овощами | 180 | 179,17 |
| 5. | Сок фруктовый | 200 | 84,80 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 60 | 141,15 |
| 7. | Хлеб ржаной | 50 | 81,92 |
| 8. | | | |

| | | | |
|----------------|------------------------------------|-----|-------|
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Сок фруктовый | 200 | 80,96 |
| 2. | Сырники со сметанным соусом 150/20 | 170 | 200,1 |
| 3. | Фрукты свежие (яблоко) | 120 | 55,50 |
| 4. | | | |
| 5. | | | |
| 6. | | | |

| | | | |
|----|--|--|--|
| 1. | | | |
| 2. | | | |
| 3. | | | |
| 4. | | | |
| 5. | | | |
| 6. | | | |
| 7. | | | |

Директор МБОУ СОШ № _____

Людмила А. Швецова

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы" _____

