

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 29

Дата 05.03.2022

День: \_\_\_\_\_

Неделя: \_\_\_\_\_ 2

Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 10

Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Зразы рыбные рубленые с яйцом	90	228,00
3.	Картофель отварной	150	126,80
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
	Пирог с повидлом	60	202,40

<b>ОБЕД</b>			
1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Суп гороховый	200	183,2
3.	Фрикадельки из птицы	90	244,00
4.	Макароны отварные с овощами	150	149,31
5.	Кефир 2,5%	150	85,80
6.	Сок фруктовый	200	84,80
7.	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/40	94,1/81,9

<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Зразы рыбные рубленые с яйцом	100	253,00
3.	Картофель отварной	180	152,16
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Хлеб пшеничный	60	57,52
6.	Хлеб ржаной	40	141,15
7.	Пирог с повидлом	60	202,40

<b>ОБЕД</b>			
1.	Салат "Витаминный"	100	69,13
2.	Суп гороховый	250	229,00
3.	Фрикадельки из птицы	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

Директор МБОУ СОШ № 29 Аксел С. В. Швецова

Зав. производством ООО "Формула вкуса"

