

Утверждено

И.о.директора МБОУ «Малоимышская СОШ»

Ильина С.Н.



МЕНЮ 16 января

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции для 1-4 класса	Энергетическая ценность	Масса порции для 5-11 класса	Энергетическая ценность
Макаронные изделия отварные с овощами	150гр.	178 ккал	180 гр.	213,60 ккал
Котлеты из птицы	100 гр.	241,53 ккал	100 гр.	241,53 ккал
Соус красный основной	30 гр.	19,80 ккал	30 гр.	19,80 ккал
Чай с сахаром	200мл.	57 ккал	200мл.	57 ккал
Хлеб пшеничный	20 гр.	41,6 ккал	40 гр.	83,2 ккал

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции для 1-4 класса	Энергетическая ценность	Масса порции для 5-11 класса	Энергетическая ценность
Сельдь с луком репчатым и зеленым горошком	60 гр.	118,83 ккал	100 гр.	198,05 ккал
Щи с мясом (тушенкой), со сметаной	250 гр.	94,09 ккал	250 гр.	94,09 ккал
Тефтели из говядины с рисом	100 гр.	201,86 ккал	100 гр.	201,86 ккал
Пюре картофельное	150 гр.	137,50 ккал	180 гр.	165 ккал
Сок	200 мл.	75 ккал	200 мл.	75 ккал
Хлеб пшеничный	20 гр.	41,6 ккал	30 гр.	62,4 ккал
Хлеб ржаной	20 гр.	40 ккал	30 гр.	60 ккал

День по цикличному меню:5