

МЕНЮ

Наименование и номер школы МБОУ ООШ №21

Дата 20.04.2020

День: вторник

Неделя: 2

Номер дня недели: 8

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

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК 7-11 лет			
1.	Овощи натуральные соленые	60	5,45
2.	Рагу из птицы	175	216,52
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб ржаной	25	57,52
5.	Хлеб пшеничный	20	47,05
6.	Кефир 2,5% в промышленной упаковке	180	102,96
ОБЕД 7-11 лет			
1.	Салат из свеклы отварной.	60	55,89
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	106,76
3.	Шницель рыбный натуральный	90	129,50
4.	Картофель в молоке	150	139,70
5.	Компот из яблок с витамином С	200	119,1
6.	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	60/40	141,1/81,9
7.	Сдоба с повидлом	60	202,4
ЗАВТРАК 12 лет и старше			
1.	Овощи натуральные соленые	100	9,08
2.	Рагу из птицы	200	247,45
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб ржаной	40	81,92
5.	Хлеб пшеничный	60	141,15
ОБЕД 12 лет и старше			
1.	Салат из свеклы отварной.	100	93,15
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	133,45
3.	Шницель рыбный натуральный	100	143,89
4.	Картофель в молоке	180	167,64
5.	Компот из яблок с витамином С	200	119,1
6.	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	60/40	141,1/81,9
7.	Сдоба с повидлом	60	202,4



Директор МБОУ ООШ №21

Н.И. Наливайченко

Зав. производством ООО "Формула вкуса"

Савченко Л.М.