

Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ №6  
Т.Л.Боровая  
«07» Юя 20 г.



## МЕНЮ

### *ЗАВТРАК I смена*

БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	60	1	0,4	2,3	20,99
ГОЛУБЦЫ С РИСОМ И МЯСОМ (ЛЕНИВЫЕ)	160	11,45	13,48	27,8	296,34
ЙОГУРТ	180	4,32	2,5	9,88	84,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,15	15,08	71,03
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,01	0,27	15,08	41,14
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,46	0,1	11,31	58,4
ИТОГО	550	21,57	16,90	81,45	572,70

### *ОБЕД II смена*

БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	2,04	2,76	12,6	53,28
СУП КУДРЯВЫЙ	250	5,9	2,6	27,9	149
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	2,6	3,2	12,8	165,8
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,5	15,4	14,5	165,2
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,9	0	12,4	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,58	0,45	19,94	88,18
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,88	0,19	12,22	57,38
ИТОГО	820	29,40	24,60	112,36	791,84

Заведующая столовой \_\_\_\_\_

Л.Н. Попова